

目　录

第三品　受持菩提心

第二十九节课 1
第三十节课 21
第三十一节课 41
第三十二节课 63
第三十三节课 83
第三十四节课 101
第三十五节课 125

第四品　不放逸

第三十六节课 147
第三十七节课 169
第三十八节课 186
第三十九节课 205
第四十节课 230
第四十一节课 257
第四十二节课 278
第四十三节课 302
第四十四节课 323
第四十五节课 341
第四十六节课 362

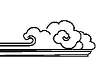
目录

第三品　思考题 387

第四品　思考题 392

附：《入行论》之修行次第 400










第二十九节课

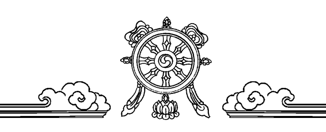
前面已经讲了第一品“菩提心的利益”、第二品“忏悔罪业”。

在“净化自相续”这一科判中，主要分为八个方面[1]，第二品讲了供养、顶礼、皈依、忏悔四个方面。既然宣讲了四个方面，那为什么只叫“忏悔罪业”呢？大家应该清楚，这一品虽然讲了其余三支，但主要讲的是忏悔支，从这个角度将品名叫做“忏悔罪业”。

今天开始学习 第三品 受持菩提心。

本品先讲了八支供的其余四支，首先是随喜支。所谓随喜，根据《俱舍论》的观点，就是指无有任何嫉妒心，对别人所做的一切善根发自内心地欢喜。在大乘论典中，随喜也是相当重要的，比如《现观庄严论》第二品中就讲到了三种修道——胜解修道、回向修道、随喜修道，其中，令未生起的善根生起，叫做信解修道；令已生起的善根不失坏，叫作回向修道；令善根不坏且越来越增上，叫做随喜修道。一般而言，这三种修道从资粮道到十地末尾都必

[1] 供养、顶礼、皈依、忏罪、随喜、请转法轮、祈请不涅槃、回向福德。



须具足。

菩萨的善心不能离开随喜，随喜在整个大乘佛教中一直具有无比的功德。乔美仁波切在《极乐愿文》中说：“假如我们听到别人行持善法，心里没有嫉妒的恶心，且诚心诚意对他的善根进行随喜，那么佛陀说此人能获得同等的福德。[2]”

佛经中也有一个公案：从前，波斯匿王迎请世尊及其眷属应供，当时有位贫女对此非常的随喜，认为波斯匿王是由往昔所积累的福德才成为这样的君王，如今又遇到释迦佛这样殊胜的福田，仍然积累这般广大的福德资粮，实在是太稀有了。世尊对此清清楚楚，在傍晚回向功德时问国王：“你所积累的这份福德善根是回向给你自己，还是回向给比你获得福德更大的人呢？”国王说：“谁的善根大就回向给谁吧。”于是世尊先念那位贫女的名字作了回向。可见，若是发自内心地随喜，可以获得无量福德。

然而，从实际行动中来看，随喜的善根也

[2] 原文：“闻听他人行善时，若舍嫉妒不喜心，诚心欢悦作随喜，佛说同获彼福德。”

不是那么容易得到的。别人行持善法、享受快乐，这时候一定要看看我们有没有嫉妒心、嗔恨心、懊恼心，通过仔细观察就会发现，真正随喜还是有一定的困难。因此学了这部论典，希望大家今后不管看到别人做什么样的善法、有什么么样的功德，都应该改变自己的心态，尽量生起无有嫉妒的善心，这一点极为重要！

辛五（随喜）分二：一、随喜世间善；二、随喜出世善。

今天讲的随喜，分为世间的随喜、出世间的随喜两个方面。按照有些高僧大德的分法，也可以分为下士道的随喜、中士道的随喜、上士道的随喜这三种。

壬一、随喜世间善：

欣乐而随喜，一切众有情，
息苦诸善行，得乐诸福报。

作为大乘修行人，内心应该随喜一切众生能息除恶趣痛苦的诸种善行，以及他们在善趣中享受人天安乐的福报。这里包括了因随喜和果随喜。

先讲对世间善的因随喜：在这个世界上，一般人都害怕堕入恶趣受苦，希望能够获得人

天善趣的种种圆满。为了达到这个目的，他们行持十种善法，如戒杀放生、不妄语、不邪淫等，以及修持四禅定、四无色定，这些善业都是不会堕恶趣的因，我们看见任何人行持这些善法，都应当从内心数数随喜。果随喜：倘若有人往昔造过十善业，或四禅、四无色、四无量心等善法，即生中不但没有堕入恶趣——地狱、饿鬼、旁生，反而获得了圆满的人身、天身、阿修罗身，并且正在享受各种福报，这时候也应该对他随喜。这即是所谓的世间随喜。

平常我们也应该这样，假如看见某人已经发财了、获得地位了、今天赚大钱了，当他获得这些世间福报时，应毫无嫉妒地对他随喜。世间上有一些求福报的人，其实求福报也没什么不可以的，他们通过积累资粮，发愿将来成为富裕的人，或获得四大天王、梵天、帝释的果位，当他们为此而造各种善业时，我们的随喜就是因随喜；如果他们真正获得了这些地位或果位，那时的随喜就是果随喜。

然而，有些人看到别人坐豪华轿车，或者买了新房子搬到里面去，虽然表面上说“随喜、随喜”，但心里马上想“他的车很高级啊，要是

我的就好了”、“他的房子真阔气，我为什么住得那么差”。凡夫人就有这种毛病，一看到别人有福报，就希望自己也能获得，这是非常不好的！

前段时间我遇到一个大老板，他说自己一年能赚一亿多，我当时就想“要是给我们学院投资一千万该多好啊”，尽管这种发心不是为了我自己，但毕竟是为了我所，后来我立即转变念头：“这是非常不好的，应该随喜别人的功德！”怎么随喜呢？希望他的福报比现在还大，更多地获得种种资财受用。以前我们学院中有位法师就是这样，他一听说别人什么有财产，或看到别人富裕、身体健康，就口口声声地说“多好啊、多好啊”，他的随喜非常诚恳，从表情上也看得出来。

实际上，随喜应该是身、口、意三方面的随喜，身体比如说眼泪直流、汗毛竖立，有一些不同的表情，但有些人并不是这样，他一见到别人给上师做事，就挤眉弄眼地说“随喜、随喜”，这种表情就不是真正的随喜；从语言上，要用一些话语来赞叹，“你这样做真是功德无量”、“你真了不起”等等；心里没有任何杂染，

以非常纯洁的欢喜心来随喜，这才是所谓的随喜。然而，有些人可能身体不具足，或者语言不具足，或者内心不具足，因此平时在随喜的时候，一定要看自己能不能真正地随喜。尤其在世间当中，有些人做一些世间善法、享受一些世间福报时，我们一定不要掺杂自私自利、而是要远离我和我所、发自内心地进行随喜，生起这种善的分别念。平时我们不管到哪里去，做什么事情，只要听到别人有一个好名声、获得了什么快乐，都应当从内心中马上随喜，这就是对世间的随喜。

反过来说，假如别人造恶业，你心生随喜，也能获得同样的过失。前不久有些人说“日本人以前对我们中国如何如何，要是日本发生地震多好啊”，还有些人说“阿富汗出现这样的灾难，真是大快人心”，包括有些佛教徒在内，也是在心里或口里这样说。要知道，作为大乘佛教徒，这样随喜是非常不合理的，看到别人杀人，你在心里随喜，那你也有杀生的过失。所以，随喜的时候一定要分清对境，一切善法应该随喜，一切恶法不能随喜，否则自己照样有这些过失。

值得一提的是，随喜的对境如果不同，获得的功德也有差别。譬如，若对佛和菩萨的善根进行随喜，只能获得一部分功德，而不是全部，这是对上等者的随喜；对中等者诚心随喜，可以获得同等的功德；对下等者随喜，能获得超越他的功德。以前上师如意宝也讲过，如果对观世音菩萨、文殊菩萨的善根进行随喜，能不能获得同等功德呢？这是不可能的。因为我们毕竟是凡夫，文殊菩萨一刹那度化众生的无量善根，如果一随喜就得到了，那我们早已经成就了。但与我相当的人在做善事的时候，若对他进行随喜，可以得到同等的功德。或者比我更差的人，譬如我发了菩提心，另一个人只是为了世间八法而修佛塔、做一些善事，我对他进行随喜，那我能得到超越他的善根。因此，前面公案中为什么贫女获得了超过波斯匿王的功德，原因就在这里。

在随喜功德的问题上，有些现象值得分析。有些人说：“我作为凡夫，天天在家随喜释迦牟尼佛就可以了，这样的话，我的善根跟释迦牟尼佛是一模一样的。”去年还是前年，听说有个老太太天天绕大幻化网坛城，有个年轻的居士

问：“你绕了多少圈啊？”她说：“不告诉你！如果告诉你，你会随喜我的，你一随喜，我的功德就全没了。”这也不一定，她的功德并不是别人一随喜就马上抢走了，不会这样的。那天我在深圳时，有个居士说：“你们去放生，我不出一分钱在这里随喜就可以了，只要随喜，别人放一百万，我也能获得同等的功德。”实际上随喜并不是这个意思，所谓的随喜，前提必须是内心非常纯洁，不杂有任何烦恼，假如你什么事情都没做，光是投机取巧地随喜，能不能获得功德也不好说。

可见，随喜获得同等功德也有一定的界限，佛陀告诉我们，对于随喜，应该分析在哪些情况下获得同等的功德，哪些情况下获得超越的功德，哪些情况下只得一部分功德，在这些问题上，大家值得好好思考。当然，如果你亲自去造一些善业，这个功德是最保险的。

以上讲了对世间善法的随喜，下面是对出世间善法的随喜，它分为两个方面，一是对中士道善根的随喜，二是对上士道善根的随喜。或者可以说，上面是对“随福德分”善根的随喜，下面是对“随解脱分”善根的随喜，这又

分为随喜声缘阿罗汉的善根、随喜大乘菩萨的善根。

壬二、随喜出世善：

随喜积善行：彼为菩提因。
随喜众有情：实脱轮回苦。

随喜小乘善行包括因和果两个方面，因随喜：欣然随喜获得声闻、缘觉果位之因的一切善法。果随喜：随喜众生真正脱离轮回的痛苦，获得声缘阿罗汉的果位。

大家应该清楚，作为声闻行人，将整个轮回视如火坑，相续中有强烈的出离心，受持清净的别解脱戒，通过修持四谛十六形相，完全证悟了人无我空性。缘觉是自己修持十二缘起，证悟了部分法无我，最后获得了这种果位。如果有人修持十二缘起、抉择四谛，或者受持清净的别解脱戒，我们应把他当作自己的对境，生起极大的欢喜心，这就是对中士道的因随喜。倘若有人获得了声闻阿罗汉果位，或者获得了缘觉果位，如在佛陀时代，很多弟子一闻佛语马上证悟了一来果、无来果、不来果、阿罗汉果，或独觉果位，我们也应该加以随喜："佛陀的某某弟子获得了阿罗汉果，真是非常高兴，

多么随喜啊！"如果产生这种心态，就叫做果随喜。

现在已经过了释迦牟尼佛的果法期，真正获得阿罗汉果、缘觉果位的现象非常罕见，但在这个世间中，希求自我解脱的修行人是非常多的，不管是修密法还是显宗，相当一部分人都希望自己从轮回中获得解脱。若把他们当作对境生起欢喜心，这也是对中士道的随喜。

另外，斯里兰卡、泰国等处的小乘行人，受持清净的别解脱戒，每天也是托钵化缘，对于这种庄严的威仪，我们应该从内心当中随喜。汉传佛教的大多数出家人过午不食，守持比丘、比丘尼戒，居士守持八关斋戒，这些都是获得小乘果位的一种行为，对于这些功德也要进行随喜。同时，我们看到别人做善事，帮助病人、救济贫困众生，或者为上师、为众生做一些有意义的事情，都应该发自内心地随喜。

然而，现在很多人并不是这样，两个人同时为上师做事，表面上互相随喜，但过一段时间这种随喜的密意才能揭开。前段时间我就遇到了一个人，他对我说："上师，您老人家身边有某某人这样做，我非常随喜、非常随喜！"我

当时真的以为他很随喜，但后来通过他的好多行为，跟别人的种种摩擦，才发现——哦，这种随喜原来是不了义的，并不是真正的随喜！所以，你们有时候如果实在不能随喜，口头上也不要说好话，欺骗人是没有必要的，真正为上师、为三宝做事情，应该从内心由衷地随喜，这是很重要的！

如今这个时代中有没有阿罗汉或独觉，我也不是特别清楚，不过，以前宣化上人在讲《妙法莲华经·随喜功德品》时讲过一个公案：有位阿罗汉从印度来到汉地，途中看到两位童子在虚空示现神变飞行，他便以神通将他们定住，并问他们到哪里去。童子答道："中国有华严菩萨，我们准备取出他的牙齿到印度的文殊讲堂供养。"言毕，阿罗汉就放了他们。后来阿罗汉来到长安，当时皇帝的国师——清凉国师已经圆寂，据有关记载，清凉国师有四十颗牙齿，他到棺材里面一看，两颗牙齿不见了，于是后人皆称清凉国师为华严菩萨的化身。从这个公案来看，清凉国师的那个时代，距今不是特别遥远，那时候也有阿罗汉应世。大概在十年前，新加坡也有位法师声称获得了无来果，是真是

假不太清楚，但不管怎么样，我们看到别人获得这些圣果，一定要从内心中随喜。

颂词说"彼为菩提因"，这里的"菩提"是指声闻、缘觉等小乘果位，"菩提因"就是修持四谛、十二缘起，随喜作为声闻缘觉菩提之因的善行，叫做因随喜；随喜众生远离整个轮回，获得声闻缘觉的果位，这就是果随喜。

以上讲了对中士道的随喜，下面讲对上士道的随喜。

随喜佛菩提，佛子地诸果。
亦复乐随喜：能与有情乐，
发心福善海，及诸饶益行。

对大乘菩萨善根的随喜，也包括因与果两种。果随喜：对于究竟的佛陀果位，以及暂时的从一地到十地的菩萨果位，我们应当一心一意地随喜。世间中出现过释迦牟尼佛、阿弥陀佛、药师佛等无量无边的佛陀，每一尊佛都具有不可思议的功德，对于这些佛陀的功德善根，我们要随喜；一地到十地之间也有无量无边的菩萨，如文殊菩萨、观音菩萨、大势至菩萨等，这些菩萨每一刹那利益众生的行为也是无量无边的，功德无法言说，这些也应该随喜，此为

果随喜。因随喜：没有嫉妒地欣悦随喜给众生带来安乐的如大海般的菩提心，以及利益众生的一切善行。这种因随喜不仅包括了帮助众生的发心，而且还有行持六度四摄的实际行动。

在这个世间上，有无数圣者获得了佛菩萨的果位，我们不管念诵还是修法，对这些果位应该生起极大的欢喜心。有些人虽然没有获得佛菩萨果位，但他相续中有一颗真实无伪的菩提心，在实际行动中也一直帮助众生、饶益众生，这些利他的发心与行为，都值得我们随喜，佛陀在经中说："最初发菩提心的善根是无法衡量的。"

《般若摄颂》中云："三千须弥可称量，随喜善根不可量。"意思就是说，若将三千大千世界的须弥山碎为极小的微尘，一个一个地称量，尚有穷尽的时候，但随喜的善根，任何人也无法衡量。要知道，真正不可思议的功德，唯有大乘的随喜才有。虽然表面上看来，随喜他人的随福德分善根，是一种功德；随喜声闻缘觉的随解脱分善根，也是一种功德；对佛菩萨的因和果随喜，还是一种功德，但这些功德之间差距还是比较大的。如果把随喜的对境定为诸

佛菩萨或者他们的发心和行为，这个功德的确无法衡量。

有关随喜的功德，《华严经》以微尘为比喻宣讲了很多，在《法华经·随喜功德品》中也专门讲了随喜听闻此经的殊胜功德，《普贤行愿品》中也云："十方一切诸众生，二乘有学及无学，一切如来与菩萨，所有功德皆随喜。"意思就是，对于一切众生的善根，我们要随喜；对声闻缘觉的有学、无学道的善根，我们也要随喜；对所有佛和菩萨的善根，我们还是要随喜。这些功德随喜，包括了以上所讲的一切内容。

当然，口头上谁都会说"随喜功德"，但实际上必须要了解随喜的对境、需要什么条件才能生起随喜，这些问题一定要分析。所谓学习佛法，不是只会讲一些名词就行了，有些人因为没有好好学习佛法，随喜也是修不来，看到别人行持善法、获得快乐，心里始终有一种说不清楚的不高兴，这样不太好！别人考一百分，自己就算得零分，也应该随喜别人；作为单位里的同事，如果别人赚了一百多万，你不但不赚反而亏了很多，这时候也应该替他高兴，希望别人再多赚一点，千万不能想"他赚了这么

多，我赚一点多好啊！他不要再发财了，应该让我发大财，三宝加持，保佑保佑”，如果这样想的话，那你随喜学得一点也不好。

有时候随喜也很不容易。前段时间汉地很多寺院迎请了一些上师开光，做了不少善事，我当时观察自己的心态，有时候随喜得很不错的，这些高僧大德到各地为无明愚痴的众生宣讲佛法，令他们明白取舍的道理，每每听到这些善举，心里都不禁数数欢喜。但有时候对于某些上师的行为，到底能生起随喜还是生起邪见也说不清。昨前天听人说，某地举行了隆重的法会，邀请了一些了不起的上师，但是见上师必须要交五百到七百块钱，交钱以后，他可以给你宣讲大圆满，让你马上证悟，甚至他的弟子也要交钱。别人让我随喜，但我随喜的心始终生不起来，心想：如果证悟要靠钱来买，那世间上的大富翁应该很快成就了，毕竟几百块钱对他们而言，根本就微不足道。所以，这些行为对佛法有利还是有害，有时候也不好说。在我们学院中大多数人是随法者，但有个别人也是随信者，一听说“某某大德很了不起，他的功德如何如何”，就来不及观察，马上跑去依

止。真正有智慧的人，必须通过再三观察，觉得这位大德确实如理如法，才去依止的。也许是我智慧浅薄之故吧，对于某些现象经常困惑不解，随喜心也生不起来，但有时候真的觉得有些大德的行为非常了不起、不可思议，心里生起欣然快乐。

但不管怎么样，无论是藏传佛教还是汉传佛教，我们作为修学佛法的人，应该对佛法负起责任。传授佛法的这些上师，发心不应该是为了自己的名闻利养，我看现在的很多上师，不管是财产还是名声，该有的已经有了，如果再对佛法一点都不负责任，做一些不如法的行为，今生没有报应，来世肯定有的！无论你是什么佛菩萨的化身，都应该对因果负责，这一点我觉得非常重要！

身为修行人，所作所为一定要观察对众生有没有意义，对佛法有没有意义，对自己有没有意义？如果所做的事情没有意义，即使别人赞叹你、随喜你，有没有功德也不知道。假如没有功德，随喜也是没有什么用的，就像山谷里的水在“哗哗”响，我随喜水声那么大，这到底是功德还是过失，也说不清楚。所以，有

时候大家应该观察自己的行为！

已经讲完了随喜支，下面开始讲第六个问题。

辛六、请转法轮：

> 我于十方佛，合掌诚祈请，
> 为苦惑迷众，燃亮正法灯。

世间上有许许多多的可怜众生，他们被无明烦恼的黑暗遮蔽着，被业力的绳索紧紧捆缚着，一直处于轮回的可怕深渊中，倘若没有点亮正法的明灯，他们始终没有解脱的机会，这些众生缺乏正法和善知识的引导，为了利益他们，我于十方诸佛菩萨面前，恭敬合掌而祈请转法轮。

据佛教历史记载，释迦牟尼佛成道后，观察众生不是法器，于七七四十九天中不说法，独自安坐于林中。后来因帝释和梵天的百般劝请，供养各种供品，世尊才在印度鹿野苑初转四谛法轮，进而转了八万四千法门。从此以后，这在佛教史上也是一种不共的缘起，有些善知识对弟子的邪行生厌离心，或者有些上师一生的度生事业圆满，他们不再转法轮，但若依靠某些善缘具足弟子的请求，他也会重转法轮的。

因此，世间中如果佛陀没有转法轮，我们要祈请转法轮，这种功德是相当大的。如果有些上师没有转法轮，显现上对众生生起厌烦心，在这种情况下，请求转法轮是非常有必要的。从世间上来讲，如果老师看到下面的学生没有兴趣，没有祈求他，他不一定愿意讲，佛法也是同样的道理，上师自己印一些法本，然后说“你们快过来啊，我今天要转无上法轮”，这样好多弟子就会对这个法不重视，佛法就丧失了它的尊贵性。但若上师稍微有点客气，说“我不想转法轮”，弟子们就会殷勤祈请，以此为缘起上师也会继续传法的。

我们以后不管是在哪个地方，看到有些具有法相的善知识不转法轮时，一定要恭敬祈请。堪布根霍在讲义里说：“如果祈请高僧大德转法轮，自己生生世世都会得遇正法光明，不会堕入邪见的黑暗之中。”乃至在一些年老的善知识面前，请转法轮也是很重要的。原来我们寺院有位年近八十的老堪布，有次大家请求他传一部法，在传法的过程中，他虽然已近八十高龄，但里面的教证、理证、上师的窍诀全部记得清清楚楚，令人生起极大的信心。后来有人问他：

“您老人家讲得那么好，为什么不给别人转法轮？”他说：“没有人叫我讲啊，我也不好意思，所以没办法！”大家听后觉得非常可惜，现在的众生这么缺少佛法，现在明明有善知识在眼前，却不请转法轮，让他一直住在那里，真是太可惜了！

我们以后如果有能力，应该主动给别人转法轮。听说有个道友要到别的地方去，首先打电话问：“我要不要给你们讲一个《佛子行》啊？”“什么是《佛子行》呢？”“你们听后就知道了，要不要我讲呢？”最后结局如何也不太清楚，但这种给人传法的方式，可能谁都不愿意听。如果说“我有很多很多教言，但我不愿意传”，那肯定有不少人拿着哈达来找你。

总而言之，今后在一些具有法相的善知识面前，我们应该祈祷转法轮，这是第六个问题。

辛七、祈请不涅槃：

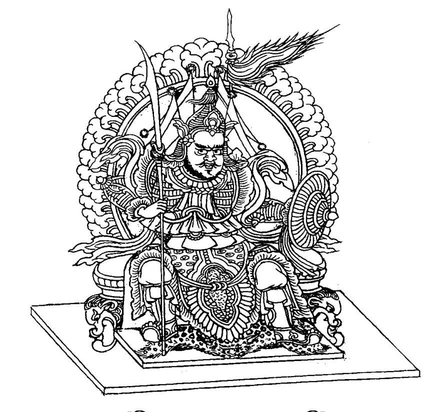
若佛欲涅槃，合掌速祈请，
住世无量劫，莫令世间迷。

假如众生的福报尽了，佛陀将要示现涅槃，这时候我们应当在佛前恭敬合掌，祈请佛陀长久住世，千万不要涅槃，不要舍弃轮回中的迷

乱众生，一定要救度他们！

以前释迦牟尼佛即将趋入涅槃时，纯陀优婆塞在佛前再三祈请住世，后来佛陀应允，又住世三个月为众生讲法（也有历史上说是四个月）。上师如意宝以前也讲过，按照一些伏藏大师的授记，他老人家本应于六十七岁示现圆寂（跟麦彭仁波切住世时间相同），但因为僧众们的再三祈请，上师依靠幻化身在人间又多住了很多年。

所以，我们若看到一些善知识将要涅槃，一定要在他面前祈求长久住世。但有时候上师稍微感冒头痛了，一大群弟子马上捧着长寿佛、《长寿经》，拼命地哭着：“上师，您老人家不要死啊……”我觉得这样也没有必要，上师稍有点不舒服，也不一定马上就要死了，你们祈请应该掌握分寸！



第三十节课

下面继续学习第三品“受持菩提心”，这一品主要宣讲了随喜、回向以及舍施的道理。随喜已经讲完了，现在开始讲回向。

辛八（回向福德）分二：一、总回向；二、别回向。

壬一、总回向：

> 如是诸观行，所积一切善，
> 以彼愿消除，有情一切苦。

以上学习了供养、顶礼、皈依、忏悔、随喜等善举，观想将这些善根全部回向给所有众生，但愿他们获得无比的快乐，暂时得到人天福报、健康无病等利益，最终获得无上圆满正等觉的菩提果位。

以前上师如意宝在讲《文殊大圆满》时说过：“我们的回向就是愿众生获得佛果，这是最究竟的目标，在此之前让众生获得各自所求，只是暂时的回向。诸佛菩萨的回向都可包括在《普贤行愿品》的十大愿当中，这十大愿归纳起来，就是愿佛法兴盛、众生获得快乐。此乃回向的所有内容。”

我们平时所做的善根应该回向给一切众生，并心里观想：以此善根，愿众生获得快乐、佛法兴盛。这两个问题大家不能忘记，如果这样回向，无量的众生肯定能得到真实利益，这就是佛菩萨不共的加持、功德和威力。

所以作回向是非常重要的，尤其在超度亡人的过程中，回向对其有不可思议的利益。关于这点，佛经中有一个公案：从前，广严城的人们准备迎请佛陀应供，前一天晚上有五百饿鬼来到佛陀面前乞求：“明日广严城的人们供养您的善根回向给我们吧。”佛陀明知故问：“为什么要回向给你们？”它们说：“我们是广严城这些居民的父亲母亲，以吝啬之业而转生为饿鬼。”“那么明日回向时你们也来，我可以作回向！”饿鬼们说：“我们投生为这般丑陋的身体，感到十分惭愧，实在不敢前来。”佛陀呵斥道：“你们造恶业时本该羞愧，可那时候你们却不知羞耻，而现在已经投生成低劣的身体，惭愧又有什么用呢？如果不来就没办法回向给你们。”于是它们不得不答应。第二天来了以后，广严城的人们特别害怕，佛陀说：“大家不必惊慌，这些饿鬼都是你们的父母所转生，能否将

善根回向给它们？”人们答应后，佛陀就为那些饿鬼作了回向，以此善根它们死后都转生到三十三天。

通过这个公案可以看出，回向的功德是相当大的，假如我们平时做的善根没有回向，就像《宝箧经》中所讲，一旦相续中生起恶念，这些善根是很容易被摧毁的。上师如意宝也经常在课堂上说：“我们所做的善根一定要回向，否则一刹那的嗔念就会毁坏所有的善根。如果立即回向于菩提，乃至获得佛果之前，这些善根永远也不会耗尽，并且蒸蒸日上、不断增长。”这就是我们传承上师的教言，因此大家行持任何善法时，一定要记得回向！

那么，回向和发愿有什么差别呢？无垢光尊者是这样分析的：对以前已做过的善根，以念诵愿文和心愿作印持，称为回向；对没有做过的善根，自己在诸佛菩萨面前立誓要做，这就是发愿。这两者一定要分清楚，在积累任何善根的时候，必须要以回向来摄持。

不仅已做的善根可以回向，根据《华严经》中所述，未来的善根也可以回向。经中说：“众生一切善，过去现未来，回向普贤地，悉皆获

妙善。”意思就是说，众生所做的一切善根，不管是过去、现在还是未来的，都可以回向给菩萨地，若能如此，所获的善妙功德无法言说。从这个角度来讲，未来的善根也可以回向。关于这一问题，龙猛菩萨在《中观宝鬘论》中也有一些宣说（《宝鬘论》宣讲了发愿和回向的很多道理），对此喇拉曲智仁波切解释道：“未来的善根可以回向，就如同有些人未来会获得一些财物，现在可以发愿与某人共享，这并不是不现实的事情，而是可以实现的，同样，回向未来的善根也是如此。”

既然回向在大乘佛法中如此重要，那么，回向的方法大家一定要懂得。在回向的时候，不能将善根执为实有，而应以如梦如幻的智慧来摄持。《中般若经》云：“须菩提，当以诸法如梦如幻、善根亦如梦如幻之方式而作回向。”假如对善根、对所回向的众生耽执为实有或特别贪执，这种回向是不究竟的。《般若摄颂》云：“佛说如食杂毒食，缘于白法亦复然。”所以佛陀告诉我们，就像在食物中掺毒一样，若执著白法为实有，其危害也是同样。

所以，回向的方式要以如梦如幻来摄持，

回向的善根可以是未来、过去、现在的一切善根，倘若没有回向，所做的善法不一定成为菩提之因。故而无垢光尊者说：行持任何善法，最初应以菩提心来摄持，中间安住于三轮体空的无缘境界中，最后缘无上菩提而作回向，倘若能以三殊胜摄持，此善根即为随解脱分善根，否则，只是随福德分善根，无法成为佛道之因。

我们所有的人，不管是听法也好，讲经也好，积累任何善根都应该让它有意义，就像一个工人好不容易赚了点钱，应该将它用在关键的地方。当然，所谓的回向，许多大德有不同的解释方法，有些说是“布施”，有些说是“赐给”，但我认为应该是“用于”，也就是把这些善根用在哪些地方，是人天福报上，还是利益众生上，或是自己升官发财上？就像那个工人把赚来的钱是给亲友子女买衣服玩具，还是给自己买一些饮食，或是买摇头丸到舞厅里过一种精神病的生活？回向也是同样，有些人把善根用于利益一切众生，有些人只想自己获得快乐，有些人把善根用来损害冤敌，所以从这个角度而言，回向可以理解为“用于”。

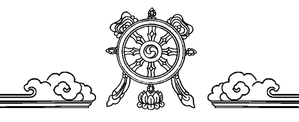
要知道，我们能听经闻法不是一件很容易

的事情，在寂静的地方各方面条件可能比较具足，但在外面的城市里，居士们每次集聚时，坐车要花很多钱，听几堂课也是很辛苦的。所以你们在集中听课的时候，发心一定要清净，听完后一定要回向，不能听完就直接走了，而应该将闻法的善根回向给一切众生，并且念一些回向文，这种闻法方式是最好的。当然，所念的回向文，无垢光尊者在《心性休息大车疏》中说，一定要用一地以上菩萨所说的成实语，不是随随便便做的一般回向文。要么是佛经中的，要么是真正一地以上圣者造的，比如念诵《普贤行愿品》，或是昔日世尊转为慈力王以自己血肉布施罗刹时所诵的回向文：“此福已得一切智，摧伏一切过患敌，生老病死犹波涛，愿度有海诸有情。[3]”

因此，回向的意义非常重大，大家知道了以后，在实际行动中务必要行持，将每天所做的善根转为菩提之因，千万不要随便浪费了！

壬二（别回向）分三：一、为患病者回向；二、为饥渴者回向；三、为贫穷者回向。

[3] 藏文：所南德义檀嘉热巴涅，托内尼波札南潘协将，杰嘎纳齐瓦隆彻巴耶，哲波措利卓瓦卓瓦效。



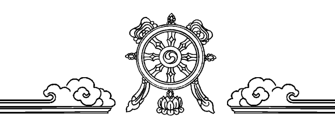
癸一、为患病者回向：

世间上患有疾病的众生非常可怜，就连听法都坐不住，在我讲法的时候自己也很痛，一定要动来动去，尤其是得脊椎病的人，坐在那里特别难受，对这些人应该回向，嘿嘿……

乃至众生疾，尚未疗愈前，
愿为医与药，并作看护士。

乃至所有众生的疾病没有完全康复之前，我愿成为治疗他们的医生、包治百病的妙药，以及照顾他们的护士。

释迦牟尼佛在因地时也是这样发愿的，他认为当国王不太好，当商人也不好，当医生的话，如果心地善良，就可以利益无量众生，所以他发愿当医生。我们的善根也应该这样回向：为了治疗世间上的所有疾病，我一定要像释迦牟尼佛因地时那样当医生。《本生传》中有这样一个公案：释迦牟尼佛因地时转生为人药王子，母亲从怀孕时起，身体任何部位触碰众生，所有的疾病都能得以治愈。王子降生以后，只需用手等身体任何部位与病者接触，即可治愈患者一切疾患。在其逝世之后，他的骨灰若敷于身体病变部位，也能治愈一切病痛。所以，我们内心应当

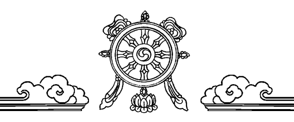


发愿像人药王子那样，真正治愈众生所患的恶疾，令患者完全康复。

现在各大医院里的医学教授、著名医生，有些人可能是为了自己养家糊口而工作，但有些人的发心相当清净，他们将一生献给了社会、献给了可怜的病人，日日夜夜为这些病患着想，我们也要发愿当这样的医生来利益众生。有时候看见一些医生，不要认为医生没什么了不起，眼科医生心脏不太好，牙科医生没有头发，不能这么想，也许他们正是诸佛菩萨的化身。

至于妙药，在世间中不管是中药、西药还是藏药，都可以说是诸菩萨的化现，或者为了所有的众生获得快乐，我们也可以发愿变成妙药。释迦牟尼佛在因地时转生为莲花王，该国的民众普遍得一种瘟疫病，只有若和达鱼肉方能治疗，而这种鱼当时没办法得到，于是国王发愿舍弃生命，跃入河中变成若和达鱼，让人们割取它的身肉，以此医好了所有人的瘟疫。按这个公案所讲，我们也应该发愿变成妙药。

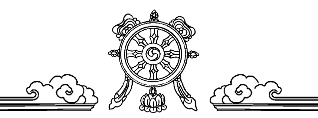
不过，有时候我们中药不想喝，西药不想吃，藏药也不太愿意接受，尤其是一些病人，常年和药罐子打交道，一看到药就特别害怕。



其实，这是我们不懂这方面的道理而已，如果真正懂的话，所有妙药都是佛菩萨的幻化和加持，应该这样观想而享用，然后自己也发愿将来变成妙药利益众生。如果说我们吃的药与诸佛菩萨的发愿没有关系，这是不可能的！

除了医生和药物之外，我们还要做护士来照顾病人。《毗奈耶经》中讲，佛陀曾亲自以身作则，前往病房里帮助病人擦拭身体、照料饮食、宣讲养生常识等等。同时，还在戒律中谆谆告诫大家：照顾病人，是我们每个修行人义不容辞的责任。不管是出家人还是在家人，如果看见可怜的病人，都应该尽心尽力地照料他们，这一点相当重要！

总之，我们在学习佛法的时候，看见护士、药物或者医生，都应该想这是诸佛菩萨的化现，同时自己在心里发愿：世间上有这么多的可怜众生，我应该竭尽全力地帮助他们。若能这样，功德也是非常大的。阿底峡尊者说："照顾长期的病人、孝养老年的父母、帮助远游的客人，这三者的功德等同于修持大悲空性。"尊者精通显密一切教法，完全照见了因果的这一规律，所以告诉我们，如果照顾可怜的病人，确实就



有无量的功德。

本论在此处的三种回向，分别对应了人寿减少时的三大灾难——疾疫劫、刀兵劫、饥馑劫。根据《瑜伽师地论》、《成实论》及《俱舍论》中记载，在人寿 20 岁的时候，人类造不善业极为严重，非天不悦而降下瘟疫，怎样服药治疗都没有效果，只有依靠诸佛菩萨的发愿力、功德力和加持力，才能让他们得到利益。我想不仅是在未来，现在社会上的可怕疾病也处处可见，比如说以前鼠疫爆发时，全世界死了 1 亿多人，后引发的 8 次霍乱，光是英国就有 14 万人死亡。现在又流行艾滋病、非典、禽流感等等，实际上这与未来的疾疫劫没有什么差别，因为某些瘟疫是世界性的，倘若没有控制好，灭绝整个世界上的人类也不是很困难的。

所以，我们平时发愿时应该想到：让世间上所有的可怜众生都获得快乐，愿他们身心中的痛苦早日消除。在有能力、有条件的情况下，自己哪怕帮助一个病人也可以，如果身体比较好，就用身体帮助他们；如果条件比较好，就用物质来帮助他们。现在有很多高僧大德或是一些善良的人，经常建立免费的医疗机构和佛

教医院，为这些病人解决了很多痛苦。其实病人是很可怜的，我们看见以后一定要尽量帮助，在最快的时间内救护他们。

但有时候因为众生的业力所致，来不及救的情况也有。前两天听说有些人来借学院的救护车，事后我询问了一下情况，原来是附近村子里有个年轻人，三天以后准备结婚，他非常高兴地到县上发请帖，没想到在半路翻车了。当时我们的救护车没有用上，别的车送他到了外面的医院，据说人当场就已经死了。听到这件事情，我深深感到无常特别可怕，原本他打算三天以后开始新的生活，为了这个目的却在半路上离开了人间，我们确实很想救他，但由于中间的因缘不具足而鞭长莫及，这类事情也时有发生。

作为大乘佛教徒，身边有一些可怜的众生马上要失去生命时，我们一定要全力地帮助他。这方面学院有些道友就做得特别好，为了照顾病人，不管是白天也好、晚上也好，他们经常不顾自己的一切，衣不解带、废寝忘食地看护患者，有时候——“他快不行了，不管怎么样，我马上送他去医院！”看这种态度，他们对众生

的生命还是非常重视的，应该要这样！毕竟这些人若能活在世上，依靠佛法对其今生来世都会有利益，我们帮助他是有意义、有价值的！

癸二、为饥渴者回向：

盼天降食雨，解除饥渴难，
于彼灾荒劫，愿成充饥食。

遇到饥荒的时候，祈盼诸佛菩萨加持，天上能降下饮食之雨，解除众生的饥渴危难，让他们获得饮食圆满。

佛经及《俱舍论》中记载，在未来人寿 30 岁时，世间上将出现可怕的饥荒，那时人们根本没有饮食，就像寻找如意宝一样，寻找古代人遗留下的粮食颗粒。倘若侥幸找到一粒人寿 80 岁或 100 岁时的粮食，他们都说：“这是有福报的人所遗留下来的，如果把它熬汤喝，就可以维持自己的生命。”所以，他们对这粒粮食非常重视，将其锁在铁箱子里，作为自己的精神食粮，将所有的生存希望都寄托在这一粒粮食上。或者他们在挖地时，有时候能挖到人寿 100 岁时的骨架，他们说以前的人类有福报，所以骨架有营养，用来熬汤喝也能维持生命，不会因饥荒而饿死。这种饥荒确实非常可怕，因此

我们应当发愿：在众生遭遇这种灾难、没吃没喝的时候，愿我变成他们面前的饮食，帮助这些可怜众生解除饥渴之苦。或者发愿：世间上有如此多的难民和贫苦众生，祈求诸佛菩萨加持，愿他们早日获得饮食，远离这些痛苦！

不仅未来有如是可怕的情景，现在的很多国家也经常发生饥荒，如非洲、伊拉克等，经常出现成千上万人因得不到饮食而饿死的现象。上个世纪大概是1959年，整个世界爆发了一场大饥荒，死亡人数高达522万，到1960年时，增至1550多万人。那时我们还没有出生，在座的老菩萨们应该了解具体情况。如今藏地的许多老年人，包括我父母在内，当年都亲眼目睹过人饿死的场面，甚至有些人一死，马上就被别人将精肉挖出来吃掉，十分可怕！即便是现在，仍有很多地方没办法解决人们的饮食问题，有时候看一下新闻报道，的确感到富裕的人不少，但贫穷的人也特别多，一幕幕犹如饿鬼世界来到了人间。

前段时间，有位领导写了一篇文章，向上级反映农民的真实生活，题目是《农民真苦！农民真累！农民真穷！》，用这三个方面来叙述

农民的辛酸苦辣。其实，我们如果去一些偏僻的地方，真的发现那里的众生非常非常可怜，见到这些现象时，我们一定要发愿：凡是出现饥荒的地方，愿我化作众生的充饥之食。

世间上有很多大的慈善机构，如国际红十字会等，经常为灾民和难民提供衣物、药品等方面的援助，这一善举，是不是诸佛菩萨的幻现也很难说。因此，我们以后若看到可怜的众生，不管自己能解决多少人的饮食，哪怕只是一个人，在他遇到贫困时帮助他，那我们来到人间也是有意义的。作为大乘佛教徒，虽然应该关心自己的修行，但在看到众生痛苦的时候，伸出援助之手是责无旁贷的！

癸三、为贫穷者回向：

为济贫困者，愿成无尽藏，
愿诸资生物，悉现彼等前。

为了赈济一切穷困潦倒的众生，愿我变成取之不尽、用之不竭的宝藏，就像古代的如意宝或大国王的宝库一样满足众生的所需，使各种各样的资具用品展现在这些贫困有情的面前。时时刻刻也应当这样发愿。

《宝积经》中说，众生遇到饥荒的时候，

佛陀化现为宝珠，普降食物等妙雨来解除人们的痛苦。可见，倘若众生遭遇贫困，有些人前来帮助或通过一些途径让他们获得财物，这可以说是佛陀的化现。因为佛陀的化现不可思议，《华严经》中云：佛陀能以婆罗门、梵天、帝释、比丘等各种形象来度化众生。《趋入不可思议智境经》中也说："若显现为乐园、珠宝、妙药、明咒、所需资具能调化，则现彼等相应之显色与形色。"所以，我们有时候看到妙药、资具，包括夏天里的空调和风扇，公共汽车、出租车、舟船、飞机等交通工具，都应该说是佛陀的化现。无垢光尊者在《大圆满心性休息大车疏》中也讲过，佛陀还化现为莲花、如意树、乐园、美宅、经堂，当商人漂泊在荒野中时化现为城市，在大江大河中化现为船筏、航船与桥梁。当然，没有信仰的人、唯物主义者，或是对大乘不可思议的幻变力一无所知的人，不一定相信这些教义，但是对佛菩萨的加持力和发愿力真正深信不疑的人，应该会懂得这些道理。

《大密善巧方便经》中说："佛陀化现为桥梁、道路、门等，为人们提供各种方便。"所以

大家在受用一些外境的时候，应该意识到这可能是佛陀的化现。譬如看见一座大桥，作为佛教徒，不应该认为这座桥与佛陀的化身没有任何关系，不管你到哪里去，只要看到利益众生的一些资具，都应该想到：这是依靠佛陀无始劫来所发的不可思议之大愿，才让我们暂时获得了这种利益。

可见，佛陀的加持始终在我们身边，从来没有远离过。《百业经》中有个假设句说："即便是波浪离开大海，佛陀对众生的大悲心刹那也不会离开。"《现观庄严论》中也讲过，佛陀的事业无有间断，只是可怜的众生看不到而已。假如佛陀来到你的面前，真正解决了一些问题，你会说"佛陀的加持不可思议"，对这件事情你是认可的，但除此之外，佛陀似乎从来没有帮过自己，甚至有些人还埋怨："我天天给你烧香祈祷，你怎么都不保佑我？"听说以前有个居士想搞一笔大生意，每天都在佛前祈求，后来因为自己没有福报，生意没有成功，他就起了极大的嗔恨心，把佛像撕下来就烧掉了，还边烧边说："我天天给你供养，为什么都不帮我？我一定要惩罚你！"我想凡夫人对佛陀不应该用

"惩罚",想惩罚也惩罚不了,有时候看这些众生的所作所为,真是非常可怜!

我们平时发愿的时候,也应该像佛陀那样生生世世利益众生,不管自己变成人也好,非人也好,乃至变成一般的无情资具,都要想到利益众生。同时,就算是看到一支笔,也应该想"这支笔对我很有帮助,可以帮我表达内心的感受,所以有可能是佛陀的化现"。毕竟佛陀的力量和发愿不可思议,只要能满足众生的需要,变成任何东西,都在他的发愿范围之内。作为大乘佛教徒,我们也应当这样随学。

在解释这个颂词时,堪布根霍在注疏中说:虽然颂词字面上没有直接宣说刀兵劫,但前面先讲了疾疫劫,又讲了饥馑劫,最后间接讲了刀兵劫。所谓刀兵劫,是指在人寿10岁时,众生的害心尤为增长,福报渐渐隐没,身体非常矮小,以头发为衣服,以稗子为食物,由于共业所感,世间上的草木全部变成武器,随手捡起来即可互相残杀,犹如复活地狱重现人间。面对此情此景,我们应该发愿,希望自己在那时候能真正利益众生,并依靠佛陀的加持力,令一切战争统统消失,人类生活无任何忧虑。

其实不仅是未来,现在也可以这样观想:世界上频频发生一些战争,经常导致民不聊生、死伤无数。在第一次世界大战中,就有1600万人离开了人世,第二次世界大战中,尽管死亡人数的统计不尽相同,但公认的说法是4500多万人成了战争的殉葬品。后来又相继爆发了抗日战争、伊拉克战争、波斯湾战争……最近黎巴嫩与以色列之间也有战事冲突,无数的众生此刻正陷于硝烟血海之中。不仅世界各国有战争,人与人之间也有很多冲突,包括佛教徒也常有一些小摩擦,家庭战争更是不计其数。这些战争不管是内战也好、外战也好,大战争也好、小战争也好,都会让人非常痛苦,所以我们应该发愿:愿他们的嗔恨心早日息灭,世间众生得到和平!

如果自己有能力的话,还应当尽量调解。当然,像我这样微不足道的人,别说是化解各国、各地区之间的战争,甚至牧民们关于草场的纠纷问题,我处理起来也时常遇到困难。但不管怎么样,作为一个佛教徒,只要看到别人有冲突,都应该发心劝阻,而不能袖手旁观。如果两个人准备作战,不能在一旁煽风点火:

"加油打啊，你们打得很不错啊！"以前我们把两个小孩叫在一起，对这个说"你不敢打他"，对那个说"你不敢打他"，过一会儿，他们就开始拼命搏斗了。但现在大家的思想已经成熟了，看到别人打架、产生摩擦，就应当尽力去劝阻，这一点非常有必要！

作为修行人，我们不仅应在实际行动中帮助别人解除痛苦，同时也要发愿：当众生感受这些疾病、灾难、战争时，我一定要化作他们的所需，出现在他们面前。近几年来许多国家纷纷饱受战乱之苦，难民们的感受，具有智慧的人才能深切体会到，对于这些难民，我们也应该发愿，希望能解除他们的忧愁和困惑。

《楼房经》中说:"若对僧众供养一粒诃子[4]、一勺饮食，未来生中决定不逢疾疫、饥馑、刀兵三大灾劫。[5]"所以，如果我们遇到四位比丘以上的僧团，供养一些诃子，这个功德是相当大的。不知道我们商店有没有诃子？如果有的

[4] 诃子：藏青稞，属于一种藏药。

[5] 《俱舍论》云："若能一昼夜持不杀戒，于未来生，决定不逢刀兵灾；若能以一粒诃子，以殷净心奉施僧众，于当来世，决定不逢疾疫灾；若以一抟之食，起殷净心奉施僧众，于当来世，决定不逢饥馑灾。"

话，明天的生意可能很好，佛经里虽然说是一粒，倘若供养多一点，也许功德会更大吧。同时，对僧众还可以供养其他饮食，如此都不会生逢恶劫，这在佛经中均有记载。

总而言之，我们应当时时刻刻发愿，让世间上的苦难众生都获得快乐，这对大乘修行人来讲，是不可或缺的一种发心！



第三十一节课

受菩萨戒的前行，必须要修七支供和自己的心。修七支供的道理已经讲完了，今天开始讲为了利益他众而修心。

庚二（为利他而修心）分二：一、总说布施一切；二、别说布施身体。

辛一（总说布施一切）分二：一、所施；二、原因。

壬一、所施：

为利有情故，不吝尽施舍，
身及诸受用，三世一切善。

发殊胜菩提心之前，必须要通过七支供来积资净障，同时还要舍施我们最执著的三种事物：身体、受用、三世所造的一切善根。

此三者对每个人来讲，都是非常执著的。当然，没有信仰的人对三世善根不一定执著，除此以外，作为想受菩萨戒的人，还是比较执著自己的善根。然而，"为利有情故"，我们必须要布施自己最珍爱的身体、有生之年所积累的房屋金银等财产受用，以及未来过去现在所造的一切善根。目的是什么？为了一切众生获得真实的利益。方式是什么样呢？没有吝啬心、贪心、傲慢心，不求任何回报和来世的安乐，心甘情愿地舍弃自己的一切。

值得一提的是，未来和过去的身体、受用没有办法布施给众生，因为未来的还没有产生，过去的已经灭尽。然而，善根在未来和过去都是存在的，未来的善根可以通过现在发愿而作回向，比如心里计划要造某种善根，现在便可将此功德回向给众生；过去的善根有相当一部分还没有成熟，相续中的果报没有享尽，故也可以进行回向。这一点在《无尽慧经》中也有说明，经中说："心和心所忆念过去的善根而回向有情，作意未来的善根而回向菩提。"因此，未来和过去的善根都可以布施给众生。

而且，这种布施的功德相当大，《菩萨地论》中云："倘若诚心诚意将所有的事物，作意布施给一切众生，表面上看这只是很小的资粮，但实际上能积累广大无边的功德，此乃智者们布施的一种方便。"因此，学习大乘佛法的时候，我们作为凡夫人，要把身体布施给众生，还没有达到那种境界（后面也会讲到，布施身体要到一地菩萨以后才可以做）。但是现在我们可以在心里

面观想，作意自己将来获得佛果之前，一定要把身体、受用、善根全部进行布施。

我们凡夫人对这三者非常执著，从小或无始以来，对自己的身体、寿命相当贪执，这一点每个人都有明显的感受；不仅如此，孩童时代对玩具，长大以后对财产，我们也是拼命地据为己有，不让别人占一丝便宜；等到稍微懂一点取舍的道理、明白一些善恶功过之后，又开始对善根产生贪著，自己现在念了多少部经、修了什么法，经常念念不忘、挂在嘴上。为了断除自相续中的我执与我所执，也为了利益无边无际的一切众生，我们一定要舍弃对此三者的执著，将其完全布施给众生，若能做到这样，在短暂的人生中也能积累广大的资粮。

因此在接受菩萨戒时，我们一定要在心里观想，把自己的身体、受用、善根布施给众生。堪布根霍在注疏中还说："假如遇到病魔或是一些违缘，念诵此偈来调伏自相续，加持力是相当大的。"华智仁波切等传承上师们也是如此，在平时的修行中，一旦遇到违缘障难，他们并不是以牙还牙，而是按照噶当派高僧大德们的做法，将自己的身体受用统统布施给怨敌。比

如我今天生病了，真的感觉有病魔在侵扰我，或在我的修行过程中，人与非人制造违缘，这时候不要认为"我要依靠降伏咒来摧毁魔众"，这样的动机是非常不好的。所谓密宗的降伏法，必须是在远离嗔心的前提下才可以使用，假如你是为了保护自我，以自私自利的心和嗔恨心来降伏魔众，这个过失是相当大的。修断法时也是同样，无始以来众生对"我"和"我所"有十分可怕的执著，为了舍弃这种执著而修持佛法，那么修任何一个法都会变成断法。这在大乘修学的过程中，是必不可少、非常关键的一种修行。

所以，我们在遣除违缘的时候，首先要看看自己的发心是为了什么，假如是为了保护自我，那你应该想想自己在修什么法？昨天中午有个年轻人闯进我家里来，非要让我念一个《心经回遮仪轨》的传承，他要马上修回遮法。我就问他："你修回遮是为了什么？"他说："希望回去的路上比较顺利，为了保护自己。"我又问："你觉得回遮是什么意思？""就是降伏魔众！"当然，没有自私自利，完全是以超度他众的慈悲心为出发点，依靠《般若经》或密宗的

降伏咒来降魔，这也是允许的，是大慈大悲的佛陀在佛经中有明确记载的，任何人也没有理由毁谤。然而，真正要修回遮时，一定要先观察动机是不是为了保护自己，如果是的话，那么回遮的对象并不是外面的魔，而是如毒药般自私自利的“我”。修断法时也是同样：必须要将自己的身体布施给魔众非人，任其享用，怎样造违缘都无所谓。这种实修法确实非常殊胜，我们以后如果遇到困难，觉得可能有人或非人正在造违缘，就应该把这个偈颂念一遍，然后心里面想：你们想造违缘就造吧，怎么样都无所谓，反正我的身体已经布施给所有的众生了。

平时不管是身体上还是心理上，在工作中或者事业中，我们经常会遇到一些违缘，当这些出现时，一定要采用噶当派将违缘转为道用的殊胜教法，这也是全知麦彭仁波切、法王如意宝的传统。以前上师如意宝如果感觉不太顺利，好像会出现违缘的时候，就念一些断法的偈颂或修持般若法门，将自己的身体受用全部布施给众生，让众生随便受用，这样以后，违缘马上就烟消云散、消于法界了。

所以，我们在修持大乘佛法的时候，行为

应该有所改变，心理应该有所依靠，毕竟每个人在一生中不可能一帆风顺，没有一点挫折和坎坷。前不久，我们二十年没见面的几个同学聚在一起互诉心声，当各自阐述这几年来的经历时，没有一个人是比较顺利的，都是“我的生活如何如何痛苦”、“我遇到了怎样的挫折磨难”。后来我告诉他们：“生活就是这样的，你们这二十年的路是弯弯曲曲，以后的路肯定也有弯弯曲曲，因为佛陀告诉我们，轮回的本性就是痛苦。但我想如果大家学习了佛法，并借鉴大乘法门的某些修行方便，路虽然是弯曲的，但你感觉还是很直的，不会有太大的痛苦。”有时候我们的确应该想一想，学了这么多的大乘佛法，如果遇到逆境时应该怎样对待？这一点，不仅仅是在家人，包括我们出家人也应该有所考虑！

下面讲为什么要舍弃这三者？此举有什么合理性？

壬二、原因：

舍尽则脱苦，吾心成涅槃，
死时既须舍，何若生尽施。

我们舍弃一切的善根财产身体，这是非常

合理的，为什么呢？因为人在活着的时候，若能把是我所执著的东西，如财产身体统统舍弃，心里就很舒服了，以后纵然遇到违缘和痛苦，也不会有什么伤心的，因为这些东西已经不是我的，早就布施给众生了。打个比方说，我想将屋子里的财产布施给一切众生，如果不注意来了小偷，把里面的东西偷了，我也不会有任何伤心，因为我早已经舍给众生了，虽然没有亲自送到别人家里，但他自己来把东西拿走了，那我有什么痛苦的？听说有些法师的电脑被偷了，晚上做梦时也梦到电脑回来了，实际上如果你真的舍弃了对电脑的执著，就很容易脱离这种痛苦。而且依靠这样的舍弃，我们才可以获得涅槃，为什么呢？因为凡夫的心对外境特别执著，对内在的事物也相当执著，这种执著始终去不掉，但若通过大乘的对治方法来修炼，舍弃了里里外外一切事物的执著，心的光明本体自然而然就会显露出来，这即是所谓的涅槃。因此，舍弃这三者可以帮助自己脱离痛苦、获得涅槃，这是一个原因。

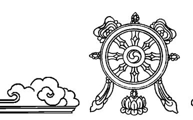
第二个原因是“死时既须舍”。我们每个人终有一天会面临死亡，无常这个魔一定是会出

现的，当它出现时，自己不得不离开这个人间，身体和受用都要舍弃。虽然有些善根若以菩提心摄持或已经回向了，死时也不一定舍弃，但如果没有回向，这些善根就像芭蕉树一样用完就没有了，也没有多大的意义。无常到来时，所有的一切都要离你而去，还不如现在就布施给众生，依此也能对自他大有裨益。为什么呢？这样做一方面可以去掉我执，以此成为圆满正等觉佛陀之因；另一方面，众生也能获得不可思议的利益，既然如此，为什么不愿意舍弃呢？龙猛菩萨说：“菩萨若能舍一切，功德如同虚空界一样无边无际。”

尽管按照本论的次第，现在还没有讲到受菩萨戒，但我们在座的人早就受过菩萨戒了，对于已受过菩萨戒的人来说，不应该对自己的身体、受用、善根特别执著，否则并不是大乘的修行人。佛陀在《文殊刹土庄严经》中云：“舍利子，菩萨就是大施主，舍弃自己的一切而无有恐怖畏惧之心，并生起极大的欢喜满足感。”的确如此，看过《释尊广传》的人都知道，菩萨把自己的所有全部布施给了众生，心里不但没有恐怖和吝啬，反而生起极大的欢喜心。

对于佛陀因地时布施的这种心，我们应当坚信不移。但有些人可能由于佛教的基础不太稳，对这个也怀疑，对那个也怀疑。听说有位居士的父亲就是这样，看了《释尊广传》以后，总觉得释迦牟尼佛在因地时，身体都已布施给众生了，后来竟然恢复了，会不会有这种情况啊？他的妻子告诉他："你不要多想，肯定是有的，你看《观世音菩萨传》，里面有那么精彩的故事……""噢，对对对！"他们经常这样交流佛法。的确，现在外面学习《入菩萨行论》、《菩提道次第广论》的人比较多，通过熏习这些大乘教言，平时接触他们的时候，共同语言也逐渐转向了修行方面，这一点是好事！以前我们到外面去，听他们说的几乎全部是吃喝玩乐的话，没有任何意义，最近这方面稍微有点改变，这是非常值得随喜的。希望以后不管是学院里的人，还是外面的人，大家通过学习佛法，都应该从根本上、从大的意义上获得转变，这是我们最究竟的目标。否则世间中的琐事始终没完没了，什么时候到了尽头，什么时候就是死亡，这样的人生实在没有价值！

总之，舍弃这三者的原因已经讲得非常清

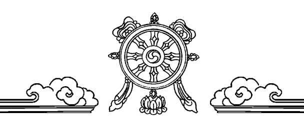


楚了，我们心里也应该这样发愿。假如要受持菩萨戒，执著这些不太好，因为到了佛果的时候，就没有"我"的事情了，佛菩萨的事业就是利益众生，根本没有"我"的空间。就像我们这里有些发心（发心为僧众做事情）的人，每天除了吃饭睡觉以外，所作所为好像没有一个是为了自己，都在为了众生一直忙碌，佛陀因地时也是这样的。倘若以自私自利而做很多事情，意义并不是非常大，因此大家应该培养自己的利他心，有了这颗心，将来你不管到什么环境中都会闪闪发光的，就像如意宝一样必定会使那个地方得到很大的利益，真正起到弘扬佛法的作用。所以在学习佛法的时候，我始终觉得培养自己的利他心相当重要。不管是老年人还是年轻人，只要经常磨练自己的心，心毕竟是有为法，逐渐逐渐它就会改变方向的，这一点大家要记住！

辛二（别说布施身体）分二：一、布施缘自己而造业之众生；二、回向成为利众之因。

壬一（布施缘自己而造业之众生）分二：一、无条件而布施；二、发愿成为利益之因。

癸一、无条件而布施：

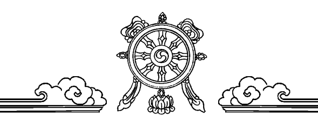


吾既将此身，随意施有情，
一任彼欢喜，恒常打骂杀。

发了菩提心以后，既然我已将身体随意施给了所有众生，只要他们欢喜，恒时随心所欲地殴打、谩骂、杀害我也无所谓。

当然，对于那些小乘根基或者从来没有学过佛法的世间人来讲，这一点可能难以接受。其实大乘菩萨的很多行为，一般人是很难理解的，因此在不堪为法器的人面前，不能随便宣讲大乘菩萨见解方面的空性、行为方面舍弃自我的六度万行，原因也就在这里。

刚才已经讲了，真实的布施要从一地菩萨开始，但寂天菩萨在《学集论》中说，为了未来的成佛，现在也要经常修炼自己，将身体布施给众生。平时大家在走路也好，吃饭也好，做任何一件事情都要想到：我这个身体已经是众生的了，所有的受用也是众生的了……尽管现在还无法真正地布施身体，但心里面一直这样想，久而久之，对身体的执著就没有了。毕竟我们发了菩提心，在诸佛菩萨面前也发过愿，从此以后我就成了众生的奴仆，只要众生高兴，怎么样都无所谓，只要他们欢喜就可以。



这话说起来简单，但真正做起来却不容易。以前上师如意宝在讲《入菩萨行论》时讲了一个笑话：有次他们几个老乡聚在一起，有人提议："听说某某的口才非常好，你今天说一下我们的过失，我们根本不生气，顺便玩一玩，让大家开心开心。"那个口才好的人马上站起来说："你天天偷人家东西，我才不愿意跟你说，我跟其他人说话。"那人听后勃然大怒："你说清楚，我偷了什么东西？"口才好的人笑着回答："你当然没有偷东西，但你刚才让我说过失，大家玩一玩，怎么现在不能忍受了？"可见，有些人连开玩笑都受不了，更不要说真正将身体布施给众生了。所以菩萨只要能让众生高兴，任其打骂杀，怎么样都可以，这种行为真是令人非常非常佩服！

现在我在讲的时候，可能有些人很有触动，心里暗暗下决心：今后不管众生对我怎么样过分，我都不会以牙还牙的，一定要像菩萨那样舍弃自己。你们理论上懂得的时候，心里暂时会有这种发心，然而一旦真正遇到对境，也许就无法忍受，马上生起嗔恨心了。所以我们修行的难处关键在于实际行动，而不在于口头上

会说。口头上说说谁都会，但实际生活中当你遇到怨恨的敌人或者一些违缘时，能马上将所学的知识全部用得上，这对我们来讲是非常困难的。

其实，这样的教言不仅我们佛教中有，其他的宗教中也有。在1991年的时候，藏地公认的一位观世音菩萨化身的大德在美国耶鲁大学发表演讲，当时就引用了《圣经》中的一句话："别人打我左脸的时候，我把右脸也让他打。"作为大乘佛教徒，我们口口声声说学的是大乘佛法，但别人无缘无故用拳头来打你左脸时，你能不能说："这边打得还可以，来，开始往右打！(众笑)"也许大家认为这比较可笑，但实际上我们真的遇到这种问题时，不要说是打你，就算稍微说一点你的过失，你也受不了，马上开始对他报复。若是这样的话，你到底是不是学习大乘佛法的人？金刚道友与金刚道友之间、居士与居士之间、非佛教徒和佛教徒之间、人与人之间互相接触时，你是不是发了菩提心的人？这一点始终都要观察！

学习了《入菩萨行论》以后，我想很多人的行为应该会有所改变，以前脾气不好、特别

暴躁的，通过这次学习，性格肯定会变得调柔，这一点是毫无疑问的。因为佛法的加持不可思议，尤其是外面的居士，听了一些佛法以后，行为跟以前完全不同了，嘿嘿……我想说一句，但不说了，太明显了！

总之，我们不能执著自己的身体、受用，尤其是身体，如果太执著的话，有非常大的过失。《三摩地王经》中说：我们对于腐坏的身体、动摇的生命应以如梦如幻来对待，可是愚痴的众生始终贪著自己的身体，造下了无边无量的罪业。平时人与人之间的矛盾与摩擦，实际上大多是由于耽执自己而引起的，如果对自己一点都不耽著，很多摩擦可能不会出现，因此，这方面大家应该值得注意！

纵人戏我身，侵侮并讥讽，
吾身既已施，云何复珍惜？

发了菩提心的人已将身体布施给众生了，纵然他人对自己百般戏弄轻辱、诽谤挖苦、冷嘲热讽，也都是可以的。既然我把这个身体已经布施了，现在还有什么必要去执著爱惜它呢？

在座的人可能都已经发了菩提心，过段时

间再受持这个仪轨时，大家也会重新承诺：往昔诸佛菩萨如何发菩提心，我也如何发菩提心。那么，诸佛菩萨是如何发菩提心的呢？舍弃所有的财产、受用、善根，全心全意为了利益众生而发的。如果我们没有这样做，光是口头上说“诸佛怎么样发，我也这样发”，实际上是在欺骗所有的众生和佛菩萨。因此，发菩提心并不是嘴上说说就行了，必须要真正地发自内心，并在实际行动中将身体等布施给众生，只要众生欢喜，怎么样戏弄我的身体，故意把这个身体抬来抬去或耍来耍去，都无所谓。甚至别人讥笑我们，比如自己的身体比较胖，别人故意说：“你的身体特别苗条啊，妙音天女都很羡慕你的身材，见到你都不好意思了。”或者有些人没有牙齿，别人嘲讽道：“你的牙齿真是洁白啊，天上的月亮都非常羞愧，躲到西山在悄悄地偷看你……”用这种方式来挖苦人的时候，如果你真的没有牙齿，可能就特别不高兴，但作为真正发了菩提心的人，不管别人怎么样戏弄我，有理由还是没理由，我都要安忍，毕竟我早已经舍弃了这个身体。

可见，大乘菩萨戒中所讲的许多利他行为，

远远超越了《别解脱经》中的“沙门四法”[6]。所谓沙门四法，就是别人打我时，我不还手；别人骂我时，我不还口；别人恨我时，我不恨他；别人说我过失时，我不说他的过失。这是释迦牟尼佛的追随者都要严格执守的，更何况是已经发过大乘菩提心的我们了。暂且不说密宗瑜伽士、证悟者、大成就者的甚深境界，有些人就连大乘菩提心怎么样受持，发心跟我们的行为有什么关系都不明白。尤其是大城市里的人，在处理人与人之间的关系时，我觉得一定要依《入菩萨行论》的精神来衡量，否则，即便是特别小的一些问题，两个人也能争得面红耳赤，这种现象不太好。

其实不管是对身体还是受用，矛盾和痛苦的来源就是执著，修持大乘法门的人必须要断除相续中的这些执著，你对哪个事物比较贪执，就一定要放弃。龙猛菩萨的上师萨热哈巴曾说：“相续中若有芝麻许的执著，也会带来无量的痛苦。”无垢光尊者和华智仁波切也讲过：执著越大，痛苦越多。以前龙猛菩萨有一个公案：

[6] 沙门在此有两种解释：一说为出家二众，另一种说为一切入佛门受别解脱戒者，即出家、在家四众弟子。

有次他修持空性本尊（空行母本尊），修了很多年也没有验相。他在修法之余，经常擦拭珍藏的一个精美罐子，有一天，他边擦拭边欣赏的时候，不小心把罐子摔在地上打烂了，没想到第二天就见到了本尊。龙猛菩萨就问："我修了那么长时间，为什么今天才见到您？"本尊回答说："假如你对任何法有执著，都会障碍面见我。以前正因为你对罐子特别执著，所以虽然我一刹那也没有离开过你，但你始终看不见！"以前我在日记里也写过，华智仁波切由于执著一个木碗[7]，后来也遭到了蒋扬钦则旺波的批评。因此不管是什么样的人，一旦对某些事物产生执著，必定对照见本尊、获得生起次第和圆满次第的证悟境界有一定的影响。

然而，对大多数的修行人来讲，执著利他

[7] 蒋扬钦则仁波切在德格的时候，华智仁波切正以乞讨的方式四处云游。他有一个木碗，伴随他同甘共苦，浪迹天涯，走遍了多康的山山水水，因此，华智仁波切也十分喜爱它。当他去拜见钦则仁波切时，见到上师的周围眷属云集，房间富丽堂皇，宛如宫殿，里面装满了各种金银财宝，心里想着：原来上师也很喜欢财物，这满屋的珍宝他也一定很执著吧！钦则仁波切以神通照见了他的心思，便一语中的地高喝道："华智，你不要想得太多！我对这室内室外财宝的执著，远远不如你对你那木碗的执著！"一句话使华智仁波切心中豁然开朗，他恍然大悟：修行人并不一定要过苦行僧般的生活，最重要的是要放下执著。——引自《旅途脚印》。

是非常好的。如果你利益众生的执著特别强烈，《现观庄严论》中说，这是不会障碍任何修行的。尽管它也是一种执著，但在成佛之前我们不能舍弃。因此，在所有的执著当中，利他的执著、对佛菩萨生起信心的执著是最好的，而嗔恨心的执著、贪心的执著，则是最低劣、最不好的。有时候到了城市里面，有种感觉特别明显：世间上大多数人对钱财非常贪执，但更为严重的是，他们对感情的执著达到了无以复加的地步。如今社会上的自杀率越来越高，这些自杀的人当中，大部分都是因为感情问题。人们对异性的执著，无论从言谈里或是生活中，都可以体现得淋漓尽致，这是非常痛苦的！虽然有些人对身体、对钱财有执著，但这些执著中，最严重、最可怕的就是对感情的执著。作为一个学习佛法的人，大家应该多方面来对治自己的这种贪执，最好把这些没有意义的执著放下，不然的话，对自己的修行会有一定障碍。因为一个人的心里不可能放很多东西，如果你对感情、爱情、婚姻特别重视，大多数时间都花在这方面，那是不可能有什么修行的。外面的有些居士特别复杂，他们表面上是在学习佛

法，但实际上全是假的，只不过是听一堂课而已，除了这个时间以外，其余的都是给别人打电话，搞一些乱七八糟的事情，很多经历听起来非常可恶，这不是很好的。因此，学习佛法的人应该调整自己的心态和行为，这一点十分重要！

我们在座的出家人这方面确实了不起，能看破世间人最执著的情感，把所有的事情都放下，趋入佛门而出家，这种行为是非常伟大的。尽管你们有些人的修行不太好，精进也不够，但不管怎么样，这种看破红尘的举动，在末法时期是非常了不起的。

总的来讲，我们对身体的执著应该要放弃，否则就不可能获得真实的成就。我希望你们以后在生活中尽量这样修，别人说你一点过失，无端毁谤你，或者用刀子来砍你，用棍棒来打你，如果一点都不还手，除了真正发了菩提心、名副其实的菩萨外，可能有点困难。但对一些非常小的事情，比如在我房子旁边挖个水沟，走路无意中撞了我一下，就特别生气、破口大骂，这是没有必要的。既然我们发了菩提心，这些小问题既对身体没有害处，对修行也没有

害处，如果执著得特别大，并为了这件事情闹得不可开交，有时候看起来、听起来也非常可笑。表面上说自己皈依了多少年，学习佛法如何如何，在什么上师面前受过菩萨戒，并得过大圆满的最高灌顶，但实际上看来，好像大圆满的灌顶越高，你的嗔恨心也越大，学佛并不是这样的。要知道，不是大乘佛法和密宗没有对治法，只是我们的根基太低劣了，如果人的根基跟不上，灌顶的法门再高、所修的法门再深，也是对不上号的。所以，大家应该根据自己的根基修持一些利他的法门，在生活中遇到一些困难和违缘时，必须将自己所学的佛法用在心上，这一点至关重要！

一切无害业，令身尽顺受。

我的身体既已布施给了众生，只要不成为对他们有暂时、长久危害的业，就随他们的便吧，怎么样损害、怎么样享用都无所谓。

当然，如果对众生有害，我的身体也不愿意提供，倘若他们让我杀生或是做一些坏事，我的身体也不一定布施，还是自己留着吧，毕竟我也挺执著的（开玩笑）。

这里有一个疑问：此处着重强调了我们要

布施身体，但《学集论》、《中观四百论》[8]中说要保护自己的身体，这两者难道不矛盾吗？回答是并不矛盾。为什么呢？只要对众生有利益，也为了断除自己的贪执，在这种情况下，应当把身体欣然布施给一切众生。但如果对众生没有利益，自己在修法上暂时用得上这个身体，那就要保护它，生病时通过吃药来治疗它，但目标是什么？就是为了众生，这也是我们修持佛法的宗旨。因此，从利他的角度来讲，身体一定要布施给众生，但为了修持佛法，我们也应该保护它，用两个侧面来解释就不会有矛盾。

所以，布施身体如果对众生有害，我们就不应该这么做。要知道，不害众生对我们一生来讲都非常重要，现在有些人经常说："为了养家糊口，我不得不开酒店造杀业，现在马上改行也特别困难。"其实一个人来到世间，不管怎么样生活都不会饿死，在谋生的手段当中，杀害众生的事业是最不好的，没有任何的退路可言，一旦你最后要感受这种业果，那时候说是

[8] 《中观四百论》云："虽见身如怨，然应保护身，具戒久存活，能得大福德。"意思是说，虽然见身犹如怨仇是众苦之源，然而也应加以保护，因为此身如果具足律仪长久存活，依靠它能作广大的福德资粮。

因为要生活，所以能不能开个绿灯，根本没有这种说法。

我们每个人应该看看自己的前途是什么样的，到底是光明还是黑暗，《亲友书》里面也讲了四种人[9]，你们看看自己属于哪一种？如果你现在非常有钱，日子也过得逍遥自在，但今生的钱全部是通过欺骗、杀生等不正当手段而获得的，来世会变成怎么样？你应该问问自己。要知道，我们的来世比今生还漫长，只要相信这一点，对未来就不得不打算。以前噶当派的阿底峡尊者、博朵瓦、仲敦巴，他们一生中从来没有害过众生，博朵瓦格西说："我从未生起过一刹那伤害众生的念头，哪怕是为了利益自己而成佛，这种想法也没有产生过，我成佛就是为了众生！"在尊者的自传和自我教言中，也讲了一些非常殊胜的甚深教言，通过这些教言，大家应该尽量断除我执，帮助众生、利益众生，这一点是不可缺少的！

[9] 《亲友书》云："今明后明至究竟，今暗后暗至最终，今明后暗至终点，今暗后明至圆满。" 也就是说，有情可分为四种：今生幸福快乐，后世也享受安乐；今生苦不堪言，后世也是迈向痛苦之处；今世安乐无比，后世痛苦不堪；今生虽然饱尝痛苦，但后世却踏上幸福之路。

第三十二节课[10]

癸二（发愿成为利益之因）分二：一、总说；二、别说。

子一、总说：

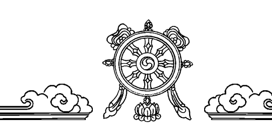
愿彼缘我者，悉获众利益。

将身体布施给所有的众生后，但愿缘于我的一切有情，都能获得各种利益。

平时也应该这样想：我在发菩提心的时候，已经把身口意都布施给众生了，从此以后，任何一个众生，不管是未来过去现在，什么地方、什么种类，只要是看见我、听到我的声音、接触我的身体、心里观想我，乃至对我生起贪心、信心、嫉妒心，只要把我作为对境，愿他们的今世来世，直至获得佛果之前都具有极大的利益。

真正发了菩提心的高僧大德，在他们的发愿文中经常可以看到这些内容。上师如意宝1987 年去五台山，在六月初四——释迦牟尼佛转法轮日的那天，他老人家发愿：“从现在起乃

[10] 这节课是在晚上近 11 点时传讲。此时，上师刚开完会且没有吃饭，为了不耽误大家的学习进度，仍强忍着身体的饥饿、劳累与病痛，望大家珍惜！



至生生世世，不偏袒任何有情，无论是对我起信心，还是起憎恨心，愿他们都获得利益而往生极乐世界。”我们每个人也应该这样发愿。在没有发菩提心之前，我们的心态经常是为了自己、为了亲戚朋友，但发了菩提心以后，自己的身口意、所作所为、言行举止都应该是为了利益众生。把我作为对境，不管是对我恭敬、供养、礼拜，还是用各种不恭敬的行为来对待我，都愿这些行为成为他们的菩提之因。无论在什么地方，凡有众生看到我、听到我的声音，对我生起欢喜心，或者对我生起厌烦心，都愿他们离苦得乐，究竟获得圆满正等觉果位。这就是我们发愿的总目标，大家一定要在实际行动中身体力行。

当然，坐在经堂的时候，你们可能会这样想,但出去以后接触众生时,能不能也这样想?大家应当观察一下。

子二（别说）分二：一、回向意乐具义；二、回向行为具义。

在总说中，我基本上也讲了：从行为上，不管众生对我有什么样的行为；从意乐上，不管别人对我是欢喜还是憎恨，都希望他们能得

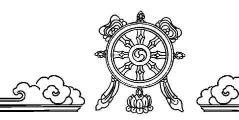
到利益。

丑一、回向意乐具义：

若人因见我，生起信憎心，
愿彼恒成为，成办众利因。

凡是缘于我的众生，不管他们对我生嗔恨心还是生清净心，但愿时时刻刻都能成为他们获得利益之因。什么利益呢？暂时不堕恶趣，得到人天福报，究竟从轮回中获得解脱。

在这个世间，真正具有菩提心的高僧大德或菩萨是非常多的，若对他们见闻、忆念、接触，众生都能得到利益。我们平时见到一些高僧大德时，如果他真正是诸佛菩萨的化现，那么见一见他、听一听他的声音，或者接触他，都能得到非常大的利益。即便对他产生不清净心或嗔恨心，也不会堕入恶趣，而会转生于善趣。《宝积经》中记载：“昔日有一位乐生菩萨相貌庄严，令人见而生喜。一次，他于舍卫城化缘时，商主之女胜德母见到他后欲火中烧，以至于命绝身亡，死后转生于三十三天。当时成为天子的他回忆起前世，不禁暗想：奇哉！以贪心而视菩萨，竟然也能获得如此异熟果报，更何况说以信心目视、供养菩萨呢？于是他与



五百天人眷属一起来到乐生菩萨前供养鲜花。”此公案在《心性休息大车疏》中也曾引用过。

可见，纵然对菩萨生起憎恨心或贪心，也能成为利益之因，那么以信心来目视菩萨就更不用说了。《趋入定不定手印经》中云：“文殊，恒持菩提心。譬如，将十方世界中一切众生之双目挖出，有人将彼等复原，或者将关于漆黑监狱中之十方世界一切众生释放，令彼等享受转轮王或梵天之安乐，若有善男子善女人以信心目视大乘信解菩萨，且赞颂之，则福德胜过前者无数倍。”所以菩萨是非常严厉的对境，对他生嗔恨心也好，嫉妒心也好，不管生什么样的心，由于菩萨猛烈的发愿力所致，不但你的果报不会严重，而且将来会获得无上的利益。

在座的每一位道友都是发了菩提心的人，大家始终都应该想：我现在已经发了菩提心，从今以后，不管别人对我生嗔恨心、不清净心，还是清净心，都愿他们得到利益。菩提金刚对上师如意宝的授记中也说过：凡与他老人家结缘的人，均能往生极乐世界。作为后学者，我们心里也要有这种愿望，凡是与我结缘的众生，哪怕是用嗔恨心或不恭敬的心来对待我，暂时

可能他会感受一些痛苦，但最究竟来讲，因为跟我结上了缘，愿他能得到真正的解脱。这样的发愿，对每个修学大乘佛法的人来讲至关重要！

丑二、回向行为具义（无论别人对我做出什么行为，均会得到利益）：

愿彼毁我者，及余害我者，
乃至辱我者，皆具菩提缘。

不论任何众生直接或间接把我作为对境，背后恶语中伤、当面诋毁辱骂，或者通过其他的手段加害，用木棒击、用石头打，在他人面前挖苦讽刺，我发愿不但不会记恨报仇，反而愿他们生生世世具足菩提的殊胜缘分。

佛经中也有这方面的教言，记得无著菩萨在《善说海》的结文中说："无论于我贪或嗔，赞毁以及作利害，愿凡见闻念我者，悉皆速得胜菩提。"意思就是说，无论对我摧毁也好，作害也好，或者生起嗔心、贪心，凡是以我为对境见闻接触的这些众生，愿他们在最快的时间内获得殊胜的菩提果位。华智仁波切亦有这样的愿词：只要听到我的善说、见到我、听到我的声音、忆念我、接触我、与我对话的所有众

生，愿他们遣除五无间罪，阻塞趋入恶趣之门，最终往生清净的布札拉刹土（观音菩萨的刹土）。

我们平时也应该想：别人对我什么态度都无所谓，因为所谓的菩萨，根本没有自私自利的心，远离了自我保护的意识，众生怎么对我都可以，只要与他们结上缘，就能令他们获得真正的利益。

那菩萨是以什么身份出现的呢？这个很难说。比如我们到商店里面，那些卖东西的人也好，旁边来来往往的人也好，没有任何理由说这些不是菩萨的化现，我见到了他，接触到他，听到他的声音，很有可能获得无量的利益。同时，我们自己也应该想：从现在起乃至生生世世，愿我也变成如是具有意义的菩萨，凡是把我作为对境当面骂、背后骂，不管做出什么样的行为，都愿他们得到真实的利益。文殊菩萨的十大愿[11]中也有这方面的誓言，释尊传记中也

[11]《文殊菩萨十种无尽甚深大愿》云："二者大愿：若有众生，毁谤于我，嗔恚于我，刑害杀我，是人于我自他，常生怨恨不能得解，愿共我有缘，令发菩提之心。三者大愿：若有众生爱念我身，欲心见我求得于我，于我身上于他身上，盛行谄曲邪见颠倒，及生净行不净行诸恶不善，愿共有缘令发菩提之心。四者大愿：若有众生，轻慢于我疑虑于我，枉压于我诳妄于我，毁谤三宝憎嫉贤良，欺凌一切常生不善，共我有缘令发菩提之心。五者大愿：若有众生，贱我薄我惭我愧我，敬重于我不敬于我，妨我不妨我，用我不用我，取我不取我，求我不求我，要我不要我，从

有记载，菩萨于因地时发了非常大的愿，这种愿力成熟以后，只要众生见闻接触到他，都能够获得菩提之因。

当然，有时候我们看见可怜的众生，对他生起大悲心，实际上这也可能是菩萨的化现。就像无著菩萨见到弥勒菩萨化身的母狗一样，看起来特别的可怜，但结果却是弥勒菩萨。同样，有些众生的脾气不好，行为不如法，也不能肯定他不是菩萨。所以大家一方面要对外境观清净心，各种各样的人都有可能是菩萨的显现，另一方面，自己也应当时时刻刻这样想：凡是把我作为对境的众生，希望他们获得暂时和究竟的利益。

《入菩萨行》并不是口头上说说就可以了，实际行动中也应该这样想，白天也好、晚上也好，行住坐卧中都希望众生得到利益，这就是我们发愿的目标，也是自相续中生起菩提心的唯一殊胜因缘。假如没有这样的发愿、没有这样的回向，要想真正生起菩提心，还是有点困难的。因为发菩提心一方面是要依靠七支供来净除罪障、积累资粮，另一方面必须要修自己

我不从我，见我不见我，悉愿共我有缘，令发菩提之心。”

的心，正如前天所讲的，一定要舍弃自我，远离对身体、眷属、受用的执著，否则就不堪为生起菩提心的法器。

壬二、回向成为利众之因（愿自己成为利益众生的根本）：

> 路人无怙依，愿为彼引导，
> 并作渡者舟，船筏与桥梁。

我愿变成一切无依无怙众生的依怙，一切行程者的向导，并作为想要渡过江河者的航船、小舟与桥梁。

“路人无怙依，愿为彼引导”：这是佛陀往昔的殊胜愿力而成熟在众生面前具各种意义的事物。我们首先回向，让我生生世世中变成无依无怙、流落他乡之众生的依怙，一切行人的道路或向导。世界上有很多众生非常可怜，他们在旅途中无依无靠、孑然一身、孤苦伶仃，在这些众生面前，愿我变成引导他们的怙主，具有一定的势力、智慧、财力等等。

平时也应该这样想，世间上凡是有能力、有智慧的人，包括我们到圣山或寺院里所遇到的一些导游，实际上也可能是诸佛菩萨的化现。五台山有位居士我比较熟悉，他曾经问：“我现

在考导游，每天有机会给别人讲一些诸佛菩萨的功德，但在另外的地方赚钱可能比较多，到底我选择哪一个？”我当时回答：“不管怎么样，你还是当导游吧。到每一个寺院去，对你自己也会多一点利益，同时在别人面前宣讲佛法，实际上你就变成真正的大法师了……”有时候也可以看得出来，现在的导游嘴巴特别会说，不过有些讲得乱七八糟的，不懂佛法就连编带凑，不懂历史就胡说八道，这种做法是不好的。但真正能介绍佛教历史的导游，也可以说是佛菩萨的化现。

世间上有许多无依无怙的众生，对他们帮助是很重要的。现在的社会上，即使对别人暂时有一点帮助，大家也认为他非常了不起。前段时间广东有位先进分子，得到了很多荣誉嘉奖，究其原因，就是他每个礼拜都去福利院照顾老人。人们觉得他的精神可嘉，将其评为“先进模范”。实际上，真正发了大菩提心的人，不仅是一个礼拜中有一两次，白天晚上只要有时间，他都会帮助众生的。这就是菩萨的行为，如果要得奖的话，发了菩提心的人应该得大奖。因为他利益众生没有任何条件，不带有任何目

的，现在那些得嘉奖的人，很可能怀有一种目的，毕竟凡夫自私自利的心没有断除之前，对自我的执著还是相当强烈的，而真正发了菩提心的人，永远都是无有条件地利益众生，这样的大乘修行人，堪为一切众生的引导者。

“并作渡者舟，船筏与桥梁”：并愿作想要渡过江河者的航船、小舟与桥梁。若有众生想渡越江河、湖泊或汪洋，诸佛菩萨就会化为船筏。在海洋中，我们经常能看到一些航船，这也应该视为诸佛菩萨的化身。然而，原来我在大连时见到了很多渔船，心里就疑惑这是不是诸佛菩萨的化现？按理来说应该是的，《心性休息大车疏》在讲“种种化身”的时候说过：当商人漂泊在荒野中时，佛陀化现为城市；在大江大河中，佛陀化现为船筏、航船与桥梁。但如果真是佛陀的化身，它天天都在捕鱼杀生，此举与佛菩萨的悲愿大相径庭，这该怎么解释呢？后来我想：不害众生、利益众生的船，可能才是诸佛菩萨的化现吧。是不是这样解释，也请大家分析一下，反正我经常一个人到海边去思索。当然，每个人的思维方式都是不相同的。

关于船只方面，也有一些有趣的故事。从前，一位哲学家在坐船时，问船夫：“你懂不懂哲学？”他说：“我不懂。”“那你失去了一半的生命。”到了大海中间，他又问：“你懂不懂数学？”“不懂。”“那你失去了百分之八十的生命。”过了一会儿，开始出现飓风，船只被巨浪毁坏，这时候船夫问哲学家：“你懂不懂游泳？”“我不懂。”“那你失去了全部的生命！（众笑）”可见，每个人的爱好和所重视的都不相同，学理科的人认为，世间中最重要的就是他们的学问；我们讲因明的时候，也说因明是世间上的明目；明天如果讲《俱舍论》，就会宣扬《俱舍论》是如何的必不可少。由于人们的研究领域各异，一般人都会认为，自己所研究的是最有功德、最有利益的。

但不管怎么样，我们看到船只、船筏时，都应该认为是诸佛菩萨的化现。大海里有那么多来来往往的游客，依靠船只他们能很顺利地达到彼岸，此时我们应该想：愿我将来变成船筏。看见飞机的时候，“愿我变成飞机利益众生”；看见公共车、出租车、轿车时，“愿我变成这些车辆利益众生”；看见江河、湖泊、海洋

里的船只时，也要发愿将来变成船。所以，从发愿的角度来讲，我们愿变成这些来利益众生，从诸佛菩萨化现的角度而言，他们是变成这种无情物来帮助众生的。

有些人认为：我们这个地方没有佛教，非常偏僻！当然，从佛陀的教法、证法来讲，也是可以这样理解的，但从另一个角度而言，诸佛菩萨无处不在，只要能让众生得利益，这些都是诸佛菩萨的化现。现在的通讯比较发达，很多人手里都拿着手机、小灵通、大灵通，从某个角度而言，这也可以说是诸佛菩萨的化现。佛陀就放在你的包里面，天天不能离开，有些人没有电话就像失去了生命的一半，走了很远的路，“哦，我的手机忘了”，马上回来拿。实际上，古人没有这些也活得很好，有时候看来，现代人有了这些方便以后，虽然轻松了很多，但也平添了不少压力。但不管怎么样，从利益的角度来讲，只要能方便众生，对众生有利益、有帮助，这就是佛和菩萨的化身。

《圣经》中也有关于船只方面的典故，比如说“诺亚方舟”：以前人类造了很多恶业，整个世界上充满着强暴、仇恨和嫉妒，只有诺亚

是个善良的人。上帝看到人类的种种罪恶，愤怒万分，决定用洪水毁灭这个已经败坏的世界，只给诺亚留下有限的生灵。上帝要求诺亚建造方舟，并把舟的规格和造法传授给他。后来诺亚花了很长时间终于造成了一只三层的方舟，并听从上帝的话，把全家搬了进去，各种飞禽走兽也每样两只，一公一母地带进方舟。7 天之后，洪水自天而降，一连下了 40 个昼夜，人群和动植物全部陷入没顶之灾，连世界上最高的山峰都低于水面 7 米。水势渐退之后，过了 40 天，诺亚打开方舟的窗户，放出一只乌鸦去探听消息，但乌鸦一去不回。他又放出一只鸽子，要看看水从地上退了没有，但遍地上都是水，鸽子找不着落脚之地，于是回到诺亚那里。7 天之后，诺亚又把鸽子放出去，黄昏时分，鸽子飞回来了，嘴里衔着橄榄叶。诺亚由此判断，地上的水已经消退，从此以后，他们来到陆地上繁衍生息。可见，船只起了救护世界的作用。近年来，很多考古学家、历史学家声称，在土耳其亚拉腊山已经发现了诺亚方舟的残骸，无数的人对它崇拜得不得了。按照他们的宗教，这只方舟是上帝特意为众生安排的，从这个角

度来理解也可以，当然，认为它是诸佛菩萨的化现也没什么不可以的。

除了船筏以外，世间上还有许许多多的桥梁，如英国的千年大桥、美国的金门大桥、台湾的圆山大桥、中国的浦东大桥，还有我们这里的喇荣大桥……都能帮助人和车辆顺利通过江河，应该说是诸佛菩萨的化现。古人认为修桥补路是遣除违缘、获得顺缘的最好方法。我们一方面要这样想，一方面也应在心中回向“愿我变成一座桥来利益众生，帮助他们渡越江河湖海”。有了这种心态以后，必定能够帮助众生的。另外，假如变成了桥，显现上是个无情物，肯定没有办法享受世间八法，不像现在世间上有些人，表面是在做好人好事，但实际上心中另有所图。因此，无有条件地利益众生，这才是大乘菩萨唯一的发心！

求岛即成岛，欲灯化为灯，
觅床变作床，凡需仆从者，
我愿成彼仆。

我愿在求海岛者面前化为岛屿，欲求明灯者前变成明灯，想要床榻者面前变为床榻，愿作为需求奴仆众生的仆人。

"求岛即成岛"：以前的商人为了寻宝，很多年都漂泊在大海中，身心特别的疲倦，为了让他们好好地休息，诸佛菩萨便化现为岛屿，这在《释尊广传》中也有记载。以前阿底陕尊者为了寻访金洲上师，从印度坐船花了几个月的时间，才到达金洲上师所在的海岛。这些大海当中的岛屿，都可以说是诸佛菩萨的化现，同时，我们也应该想：愿我将来变为岛屿，让疲倦的航行者得以休憩，解救他们于惊涛骇浪之中。

记得上师如意宝 1993 年去美国弘法，从日本东京坐了 9 个小时的飞机，下午抵达美国明珠——夏威夷海岛，此岛是世界各地游客的观光胜地，环境非常宜人。下了飞机以后，上师如意宝对众人说："《入菩萨行论》中讲佛菩萨变成岛屿来利益众生，这个岛屿应该说是佛菩萨的化现，因为我们坐了那么长时间的飞机，身体非常疲乏……"上师一边背诵这个颂词，一边宣讲它的内容。

其实，真正的修行人，不管在什么地方都能把所学的佛法应用起来，即使没有带书也能够脱口而出。我昨天看他们《四百论》、《定解

宝灯论》背得很好[12]，后来心里想：如果能一直这样背诵，论典的内容基本上在心里有印象，多年以后，即使他们没有翻书，这些内容也会浮现出来，对自己的修行肯定有一定的利益。

"欲灯化为灯"：世间上有一些可怜众生，长期处于黑暗当中，没有光明，在这些众生面前，愿我变成明灯为他们指引道路。现在的大城市里面，不管是外面的路灯、霓虹灯，还是家里的壁灯、吊灯，都非常庄严炫目，每次看到这些的时候，应该知道这是诸佛菩萨以明灯的方式来利益众生，包括我们经堂里的这些灯也是诸佛菩萨的一种化现。同时，还要在心里想：愿我生生世世变成明灯，遣除众生的黑暗，令其得到智慧的光明。

"觅床变作床"：如果我们的身体特别劳累，急需睡觉，或者讲课的时间太长了，已经晚上十一点半了，习惯睡懒觉的人就很想寻找自己的床。床与我们的关系密不可分，有些学者说，人生的三分之一都是在床上度过的。但

[12] 这段时间是期中考试，昨天背考《中观四百论》、《定解宝灯论》、《量理宝藏论》。每天上师讲完课以后，道友们就要笔考、讲考、背考，上师负责监考直至深夜，然后还要接待。

我认为人老了以后身体不好，整天不离开床也情有可原，有些年轻人身体那么健康，若不利用大好的时光闻思修行，实在有点可惜。但不管怎么样，床应该是诸佛菩萨的化现，佛菩萨看你没有床，光睡在地上太潮湿，所以就变成床来利益你。有些人实在不行，拿几块板皮堆起来也能当床。其实古代的修行人不像我们，他们从来没有钢丝床、木板床，或者玉床、珊瑚床，但现在修行人的要求就比较高，一定要大床、高床。这些都可以说是诸佛菩萨的化现，同时，自己也要这样发愿：愿我变成床榻，给众生带来舒适与安逸。

不仅仅是床、灯、岛，这里还有许多没有提到的事物，如麦克风、茶杯、笔、各种各样的生活资具，这些都是诸佛菩萨的化现。我们在使用的过程中，一方面要知道这是诸佛菩萨赐予我们的方便，另一方面，心里也应该这样发愿：只要对众生有利，我愿意变成无情法、有情法来饶益他们。诚如《父子相会经》所云："大王，我发愿成为世间灯、光明、大船、导师、商主……"《学集论》也引用过大量教证说明了这个道理。

"凡需仆从者，我愿成彼仆"：凡是需要仆人的众生，愿我变成他的仆人。譬如有些人找不到侍者，有些人找不到弟子，有些人找不到保姆和做事情的人，诸佛菩萨发愿只要对他们有帮助，就变成那样的人。所以，有些上师不一定是佛菩萨的化现，但他的侍者却有可能是真正的佛菩萨。这个上师没有侍者，到处去找，结果找到一个菩萨当侍者，真的有这种可能性！因此，我们对上师的侍者理应恭敬。同样的道理，对企业家或大老板不一定要恭敬，而应该恭敬下面做事的人，如扫地者、提水者。因为佛菩萨不像我们凡夫一样，他们只要能帮助众生，心甘情愿当服务员。现在好多公务员说是"人们的公仆"，但看他们坐在办公室里的架势，对属下不可一世的气焰，根本不像是公仆，反而像是大国王。所以大家发愿以后，实际行动中也要这样去做，只要能够帮助众生、利益众生，我们愿意变成这样的菩萨。

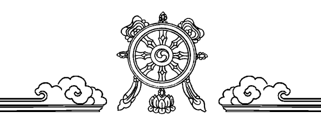
当然，这种发心的境界非常高，一般人现在能做到也有点困难，有时候不要说真正去做，就连在心中发愿，可能有些人也不敢。他们觉得："生生世世变成仆人，那有多苦啊！没有钱、

没有地位，天天都受气，一个月只有几百块钱，这怎么过生活？我不愿意当仆人，我要变成国王、总统……”但实际上菩萨的发愿是以利益众生为准的，其他什么目的都没有，什么要求也没有，只要能够利益众生，怎么样都可以，有情物也行、无情物也行，白的也行、黑的也行，变成什么样都行。反之，如果对众生没有利益，哪怕是变成转轮王、帝释天、上师、大国王，菩萨也不愿意做。他宁可变成人人都非常讨厌的乞丐，整天拿着破碗到处乞讨，在每个人面前要钱。别人看见他或讨厌他，他马上依此积累资粮，跟众生结上缘。有些乞丐看来丑恶不堪，很多人都不想接近：“不要来！不要来！我给你五毛钱，千万别过来，好脏啊……”实际上，他是诸佛菩萨的真实化现。

总之，我们这样发愿很重要，通过串习这种无我利他的心，原来自私自利的心态才会得以改变，不会天天想着自己获得殊胜成就，往生到极乐世界去，依靠阿弥陀佛的“保险公司”有吃有穿，生活无忧无虑，所有的问题都解决了。而是应该祈祷诸佛菩萨，只要自己能利益众生，情愿发下这种大愿，这才是名副其实的

大乘修行人！





第三十三节课

现在学习的还是受持菩提心的前行，其中已经讲了修七支供、布施身体以及做善事回向一切众生舍弃我执这方面的教言，今天继续讲“回向成为利众之因”。

这种回向，可以说是对未来的一种回向，前几天也讲了，未来、过去、现在的善根都可以回向。那未来的善根怎么回向呢？就是通过发愿的方式，将自己未来帮助众生、利益众生的功德提前回向。颂词中是这样讲的：

> 愿成如意牛，妙瓶如意宝，
> 明咒及灵药，如意诸宝树。

我愿生生世世变成赐予众生一切所需的如意牛，满足心愿的妙瓶、如意宝，成办一切所欲之事的明咒，祛除一切疾病的灵丹妙药，出生所需的如意树。

如意牛：有关经论中记载，如意牛产于西牛货洲，那里的众生依靠它而生存；有些书籍里说，天界也有如意牛；无垢光尊者在《如意宝藏论》中讲到，如意牛是在初劫人寿十万岁时，以众生福报而显现的一种珍宝，它的形状



酷似牦牛，能产生犹如甘露般的乳酪，满足一切众生所欲，并养育人们得以维持生命。

我们现代人不一定知道什么叫“如意牛”，古人所享用的物品和珍宝，会因众生的福报不够而一代一代消失。如今人寿 100 岁的时候，若要享受如意牛的一切所赐，这可能有点困难。但不管怎么样，大家应该心里发愿，希望自己变成如意牛来满足众生、帮助众生。

妙瓶：在受用贫乏、欲得财物的众生面前，我愿变成如意宝瓶，自然出生用之不尽的财宝，令众生得到暂时安乐。

如意宝：佛教的一些历史中记载，以前有许多商人依靠智慧和能力，到大海里面取出真正的如意宝，给自己乃至整个国家带来圆满的财富。汉传佛教第一位前往印度的法显译师，在他的游记中说过：“到了末法时期，佛陀的舍利全部沉入海底变成如意宝，以满足众生的所需。”

如意宝能给世间众生带来暂时的利益，但从很多故事中可以看出，依靠它不可能获得解脱和无上圆满的果位。然而，从暂时满足众生愿望的角度而言，没有一个珍宝能超过如意宝

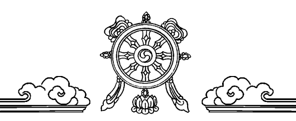
的。现在一些高僧大德也被尊称为如意宝，如法王如意宝、托嘎如意宝、海外观音菩萨化身的上师，这些高僧大德们自己承诺，可以给他取“如意宝”的名称。缘起是什么呢？因为如意宝始终没有自我的分别念，完全都是满足众生，《宝性论》、《入中论》等大乘殊胜论典中也以如意宝为比喻，宣说了佛陀无分别利益众生的事业。所以像如意宝般的这种心，一点自私自利的成分也没有，所作所为、一言一行全部都是利益众生，作为大乘修行人，谁会不希求呢？因此我们也应该效仿传承上师，生生世世像如意宝那样来满足众生，这样观想或者发愿回向。另外，如意宝的一些功德，《悲华经》中也有描述。

明咒：我愿将来变成满足众生心愿的明咒，成办息、增、怀、诛一切事业。然而，有些注释里说，此处的明咒是指持明咒的上师或瑜伽士，他们通过等持力来持诵咒语，很容易帮助无量众生，当然这种理解也可以。在世间上，明咒的能力不可思议，按照密宗的教言，咒语跟本尊无二无别，不管是观世音菩萨也好，金刚萨埵也好，真正的诸佛菩萨，实际上就是我

们口里念诵的这些心咒，除了这种语音的种性之外，没有其他的佛菩萨。因此，明咒是利益众生非常好的一种方便方法，我们应当发愿：愿我生生世世变成世间中力量强大的明咒来帮助一切众生、饶益一切众生。

灵药：我愿将来变成灵丹妙药，治疗众生的八万四千种疾病。大家也知道，末法时代各种各样的怪病层出不穷，如果依靠诸佛菩萨的加持，出现能制止这些病的妙药，那对众生来说确实是莫大的利益。尤其是平时身体不好的人，医生和妙药对他们来说简直就像怙主一样，看到一个医生，不管他长得难看也好，人老了也好，自己就算有再高的地位、再多的财产，也要对他特别恭敬，不为别的，只因为他经常给自己打针、开药。

说实话，世间中真的有很多可怜的病人，如果我们有一些能力、有一些医术，就应该尽量地帮助他们。在座的道友中，有些人的医术还是很不错的，若让你们长期发心为别人看病，可能对自己的闻思修行有一点影响，但你们毕竟学了这么多年的医，有时候半年或几个月当中发心帮助别人，我觉得是非常有必要的。



如意树：有些大乘教言中说，天界中有如意树；佛经里面讲，极乐世界也有如意树；无垢光尊者说，所谓的如意树，在人寿九万岁时因众生的福报而现前，当时每个人一降生，就出现一棵如意树，人们把树果和树味作为食物，树叶作为衣服，这棵如意树实际上就是众生的生存来源。初劫时的人类不像我们现在有很多方面的生活需求，他们只要有吃有穿就过得非常快乐了。现在的人虽然经济条件与以往相比有了明显好转，但相续中的欲望和贪心却越来越膨胀，始终觉得自己没有钱很痛苦，心里一直得不到满足。

记得小时候，我们隔壁有一个老乡放牦牛，他比较懒惰，但心情却特别开朗，他经常告诉我们："现在的家庭每天都有很多麻烦事，我们平时说话不必考虑得太多，要经常说我家里很好、工作顺利、什么都很快乐，有了这样的习惯，就会过得很快乐。否则住在人世间是很痛苦的，这个不行、那个也不行，事情非常多，所以平时心情快乐很重要，什么都不要太在乎。"他整天就是这样，什么都"可以可以"、"很好很好"，好像有吃有穿的、很顺利很快乐，

别人也觉得他说的对，否则自己整天都说"我这里不行、那里不行"、"我忙啊"、"我伤心"，说了也起不到什么作用。

可见，一个人的苦乐其实跟自己的心态很有关系。我们在座的修行人，心情也应该快乐一点，不要说"我今天背得也不好，考得也不好，身体也不好，吃的也不好，穿的也不好，走路也不方便，心情也不舒服，房子也漏水……"似乎整天都很痛苦。应该反过来说"我考得还可以，吃得还行，天气也可以，下雨也可以，不下雨也可以，什么都可以"，有了这样的心态，生活始终都是充满阳光。

以前的如意树、如意宝，现在我们享用恐怕也有一定的困难，别说远在人寿八万、九万岁的事物，就连几百年前的人类生活，也跟现在大相径庭。那天我在上海看了"十年革命"，当年在文革期间，人们的生活、穿着、衣饰，几乎跟现代人截然不同。所以时代一过，人们回顾起来，可能认为是一种传说。其实不能这样想，如意树、如意宝确实有这样的功用，在世间中也曾经存在过，到了今天，虽然我们肉眼不一定能看见，但是不能否认它的真实存在。

比如我们现在经常使用的网络和电脑，很多人尤其是知识分子整天依靠它，为社会、为国家、为个人做各种各样的事情，但这些东西再过几百年或几千年之后，可能只成为一种历史的影像了，真实的事物不一定存在，这就是人类的福报所致。但不管怎么样，过去的也好，现在的也好，未来的也好，只要能够帮助众生，我们应心甘情愿地变成这些资具财物。

这可以说是一种新的概念，昨天我问有些道友学《入行论》感觉怎么样，他们说："挺好的，有一种新鲜感。以前总认为诸佛菩萨只变成众生的形象来帮助我，从来没有想过道路、大桥这些也是佛菩萨的化现，现在听了《入行论》，想法跟以前完全不同了。"我觉得他们说得很有道理。过去我们常把诸佛菩萨的境界，观在非常渺小的范围里，所谓的观音菩萨，就是一位女性拿着净瓶，在你特别痛苦的时候来帮助你，释迦牟尼佛是古印度的一位净饭王子，最后出家悟道了，就这么一回事。如果以这种想法来看待佛教，佛教的人生观、宇宙观、世界观就非常微小了，根本解释不了广大无边的内涵。所以，我们只有经常学习大乘佛法，才

会对《华严经》所讲的玄妙不可言说的甚深奥义生起定解，到了一定时候，自己的思维领域才会逐渐扩大，不然的话，眼光始终专注在极小的范围内，这样不太好！

如空及四大，愿我恒成为，
无量众有情，资生大根本。

如同地水火风以及虚空恒时作为一切有情生存的根本一样，愿我也以众多形象作为无量众生赖以生存的因。

众所周知，在器世界和有情世界当中，地水火风的范围是非常大的，不管是人类也好，旁生地狱也好，乃至整个外面世界，没有一个不涉及四大的，如果离开了四大，我们的身体、住处、言谈举止全都没有办法存在，在四大的作用下、在四大的范围中，我们才能够行动和工作。所以我们应该发愿：愿我像地水火风那样来帮助无量的众生，这种发心的范围是相当广大的。

按照《俱舍论》的观点，虚空是周遍一切、无有阻碍，能让众生拥有生存活动的空间；地大的法相是坚实，它是一切众生生存的依靠；水大不仅仅是潮湿，它还有一种结合的作用，

能令万物积聚不分散，呈现包罗万象、形态各异的事物；依靠火大，世间万物可以成熟，没有它的话，不可能有生长、发育、安住的现象，事物产生后马上就有消失的危险……四大在整个浩瀚无际的宇宙界中起了不可言说的作用，万事万物都不离开四大，所以我们也应像佛陀在《无垢称经》中所说的“或时作地水，或复作风火”，生生世世就像地水火风那样来帮助众生。

当然，《俱舍论》里所讲的四大，概念比较细一点，其实我们也能以眼睛所看到的地、水、火、风来发愿。譬如看见水的时候，“愿我以后变成江河来帮助众生”，众生如果离开了水，生活就会非常困难，前段时间一直没下雨，人们都特别担心，害怕今年出现干旱，但今天晚上开始下雨了，大家就十分高兴，所以愿我也变成雨水或江河，像水大那样来帮助众生。如果看见大地、高山和道路，“愿我变成地大来利益众生”。同样的道理，虽然因明中说虚空是看不到的，但我们心里可以想虚空（因明跟这里的说法不同，我们若随顺世间名言，看虚空是可以的，但若随顺世间正理，看虚空是不行的），如果没有虚空的

话，我们现在连动都动不了。原来有个老堪布天天说：“虚空是存在的，它的法相是无碍的，如果不承认虚空，我们辩论时怎么动呢？你知不知道，我现在可以辩论，这就是虚空的功德！”所以我们也应该感谢虚空，假如没有虚空，我就没办法说法，你们更没办法听法，所以我们也应该变成四大来帮助众生。

迨至尽空际，有情种种界，
殊途悉涅槃，愿成资生因。

乃至天边无际的一切众生，以不同的途径全部获得涅槃果位之前，我愿变成四大，依靠四大的种种界性帮助无量众生，成为他们生存的根本。

前面一颂主要是从空间上讲的，东南西北广大无边的范围内，四大没有一个不遍的地方。这里是从时间上讲的，世间上的所有众生都获得涅槃，这个时间是非常漫长的，在这么漫长的时间里，愿我变成四大来利益他们。《学集论》中引用《无尽意菩萨品》也说道：“我的身体怎样为众生做事情呢？就像地水火风以种种方式、种种途径、种种所缘、种种资具来帮助众生那样，愿我在生生世世无量无边的时日当中，

以种种形象、种种所缘、种种资具、种种途径来帮助众生。”这一句主要是讲对未来的一种长远发心。

在这个宇宙世界中，有那么多微尘、那么多细微的法，每一个法对众生都能带来不同的利益，我们也应该发愿，就像四大以不同的途径来帮助众生一样，愿我乃至获得涅槃之前，依靠这种方式来利益众生。如此一来，世间中无一不是佛的化身，没有一样东西不能发愿的，只要能够帮助众生，愿我在喜欢照相机的人面前变成照相机，喜欢扫地的人面前变成扫帚，喜欢开车的人面前变成轿车，喜欢开拖拉机的人面前变成拖拉机……里里外外、上上下下的一切资具，凡是对众生有帮助的，我都可以发愿，这样的话，发愿的范围就非常广大。否则，若没有发这样的愿，想生起菩提心是很困难的。在座的各位也应该扪心自问，自己有没有发过这样的愿？

前面讲了七支供，忏悔支是为遣除违缘，随喜支、供养支是为了创造顺缘；后来又讲了布施身体，目的是要去掉我执，获得真实菩提心的基础；现在要发愿帮助众生，以培养自己

的利他心，这几个条件就是受持菩提心的前行。犹如我们上学之前，首先要通过考试、体检等方方面面的观察，如果考试及格、身体过关，那就有资格读这所学校。同样的道理，现在每个人都说要受菩萨戒，相续中都想生起菩提心，但你积累资粮、忏除罪障、舍弃身体了没有，尤其刚讲的这种发愿非常重要，从现在开始乃至一切众生获得涅槃之间，只要能够帮助众生，不管变成什么都可以，我们应该发这样的愿。

以上这些发愿，善天论师和胜敌论师认为全部是愿菩提心，但藏传佛教的布敦大师等有些论师并不同意，他们认为，愿菩提心是为了度化一切众生而希望获得圆满正等觉的果位，有一种想成佛的念头在里面，但上面的这些发愿——愿我变成大地、愿我变成虚空、愿我变成如意树，并不是愿我成佛，或是愿众生成佛，所以根桑秋扎在讲义里也说了，这实际上是一种善心的发愿，并不属于愿菩提心的范畴。

但不管怎么样，我们首先要舍弃我执，真正生起要帮助众生的这颗心来。所谓的菩提心，用世间上的话来讲，是一种高质量的思想境界，一般的容器是不可能容纳的，不清净的来源也

无法产生。《华严经》中说："真正的金刚钻石必须要从金刚物或纯金中出现，一般的物质不可能产生。同样的道理，菩提心金刚宝也必须要从忘我的纯正善心之金矿中出现，自私自利的心、自我保护的心中不会产生。"所以根据这些大乘经典所述，菩提心的来源是喜欢积累资粮、断除我执、愿意帮助众生的广大心态，就像我们以前在密法中所讲的，雪山狮子的乳汁，若以一般容器来盛就会破裂，只有用纯金的宝物才可以盛，同理，如果你是小乘根基，或者平时对解脱一点向往都没有，那你的相续中要生起菩提心是相当困难的。因此，在宣讲菩提心正行之前，大家务必要观察自己的心是否堪为菩提心的法器，这一点至关重要！

以上讲了菩提心的前行，下面宣讲正行部分。这部分内容非常重要，我想先把颂词的意义给大家简单介绍一下，然后传授一个菩萨戒。这次的传菩萨戒，对象不仅限于在座的各位，也包括通过电视网络及其他方法听受的有缘分、有信心的人。那这种传授能不能得到菩萨戒呢？应该能得到。记得法王如意宝在美国时，他老人家看了一个敦珠法王"观世音菩萨"灌

顶的录像，当时上师说："我对敦珠法王有很大的信心，这一辈子虽然没有缘分见到他本人（当时第二世敦珠法王已经圆寂了），但我想通过电视也应该可以获得灌顶。"于是我们在场的人全部在电视面前跪着合掌，接受了这个灌顶。大家也很清楚，上师如意宝对很多传承及传统做法的要求非常严格，假如电视屏幕没有一点缘起和加持，他老人家是不会这样做的。鉴于这种理由，我现在依靠电视等方便途径来给大家传授菩萨戒，大家应该是会得到的。现在印度、台湾也有很多高僧大德，通过这种方式来给一些人授戒、皈依，这应该是符合教理的。

己二、正行：

如昔诸善逝，先发菩提心，
复此循序住，菩萨诸学处。
如是为利生，我发菩提心，
复于诸学处，次第勤修学。

在发菩提心的时候，大家首先应该知道，往昔的释迦牟尼佛、阿弥陀佛、药师佛、不动佛等十方如来是发过菩提心的，观世音菩萨、文殊菩萨、弥勒菩萨等无量菩萨也发过菩提心的。当然，大乘受戒和小乘受戒的目标不同，

小乘受别解脱戒时，发愿“以前阿罗汉怎么样受戒，我们也这样受”，包括小乘的八关斋戒及比丘、比丘尼戒，全部是学习小乘阿罗汉的。而大乘的菩萨戒是要学习诸佛菩萨，他们在因地时于自己的上师或三宝所依面前，发下了利益无边众生的愿菩提心，同时在实际行动中又有以六度四摄来行持饶益的行菩提心，并且他们按照发心和承诺，根据自己的根基受持菩萨戒，菩萨戒圆满受持之后，各自获得了无上功德的果位。同样，我们今天也是向诸佛菩萨学习，为了利益无边无际的众生而发下非常殊胜的愿菩提心和行菩提心，根据自己的根基，次第修持和学习菩提心的所有学处。

关于菩萨戒的学处，前面我们也讲过，如果是利根者，按照《虚空藏经》中所说，必须守持十八条戒律；如果是中根者，依《猛怒施主请问经》的观点，要守持四条根本戒；如果是钝根者，按《大力方便经》中所讲，只需守持“不舍愿菩提心”这一条即可。宁玛派的有些论师还说：依《妙臂请问经》的观点，学人应根据自己的根基学修菩萨戒，根基好的人应该多守戒律，根基不太好的，守戒的条数则可

以少一点。

值得注意的是，要受菩萨戒，必须先发这个心，没有发心而仅仅依靠一个仪式，这是得不到戒体的。因此，在圆满前行的基础上，大家现在一定要发这种心。

另外，在得戒的方式上，龙猛菩萨和无著菩萨的观点各不相同。按照龙猛菩萨的观点，这两个颂词要一起重复三遍，第一遍获得愿菩提心，第二遍获得行菩提心，第三遍令愿行菩提心稳固。印度的海云论师与藏地的无垢光尊者都继承这种观点，明朗大师在《三戒论》的注释中也说：“前译宁玛巴是按照龙猛菩萨的观点来得戒的。”然而，按照无著菩萨的观点，前一偈先诵三遍，获得愿菩提心；再诵第二偈三遍，获得行菩提心。愿行菩提心是分开受的，自相续先获得了愿菩提心，然后再获得行菩提心。但依龙猛菩萨的观点，这两种菩提心是同时得到的，二者有这样一个差别。

至于受戒的方式，如果自己因缘具足，遇到了精通显宗菩萨乘、相续中具有菩提心或菩萨戒的大乘上师，则可以在上师面前得受；如果没有善知识，自己应陈设佛像、佛经、佛塔，

在三宝所依面前合掌发愿，以此得受菩萨戒；如果这种条件也不具足，就像以前“文革”期间佛像和经函非常难找，在这种情况下，自己可观想十方诸佛菩萨，祈求三大垂念（祈请一切佛、十地菩萨、金刚上师垂念我），然后受持菩提心。总之，哪一种方法都是合理的，我们在有生之年，一定要在自相续中生起菩提心，这一点非常重要！

今天，我给大家简单地传授菩萨戒，你们首先要在心里想：“为了利益无边无际的一切众生，我从今天开始正式加入大乘佛教的行列，一定要受持菩萨戒。”一方面自己这样想，一方面大家共同观想在诸佛菩萨、上师面前祈祷。我念一遍，你们跟着念一遍：（三遍）

祈祷十方诸佛菩萨、金刚上师垂念我！

如昔诸善逝，先发菩提心，

复此循序住，菩萨诸学处。

如是为利生，我发菩提心，

复于诸学处，次第勤修学。

（上师弹指，观想自己得到戒体。然后上师念藏文

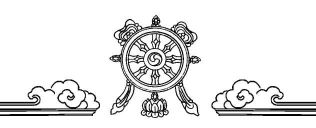
回向偈[13]……）

好！现在你们观想：从刚才那一刹那开始，自相续中已经获得了菩萨戒体。

明天我会给大家讲授，获得菩萨戒后应该怎样修欢喜心。由于我们的发心，现在的种性已经不像以前那样了。刚才大家在诸佛菩萨面前承诺要帮助众生、利益众生、度化众生，所以在世俗中已经成为菩萨了，对此我们应生起欢喜心！



[13] 汉意：1）戒律无垢染，具足清净戒，愿以无执戒，圆满戒律度。2）菩提心妙宝，未生者当生，已生勿退失，展转益增长。3）生生世世不离师，恒时享用胜法乐，圆满地道功德已，唯愿速得金刚持。



第三十四节课

受持菩提心的前行、正行这两个重要问题已经讲完了，从今天开始，宣讲受持菩提心的后行。

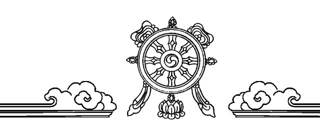
己三（后行）分二：一、连接文；二、真实后行。

庚一、连接文（连接上下文，起承上启下的作用）：

> 智者如是持，清净觉心已，
> 复为增长故，如是赞发心。

大家应该清楚，发菩提心的前提就是积累资粮、净除罪障、布施身体、舍弃一切所贪执的财物、发愿回向自己变成利益众生的事物等，有了这些前行之后，我们于诸佛菩萨、上师面前接受了极为殊胜难得的菩萨戒。可以说，凡是以前听课没有断过传承的人，相续中都获得了菩提心。原因一方面是我们的仪轨如理如法，观想在诸佛菩萨面前接受了菩萨戒，另一方面，如果我们相续中没有出现持戒的违缘，那么菩提心的戒体是存在的，大家应该生起欢喜心。

这一颂主要宣讲为什么要生欢喜心，我们应以什么样的方式来对待它：



具有慧眼的智者，通过以上的前行和正行，已经获得了极为难得的菩提心，既然前行圆满、正行圆满，如果后行没有圆满的话，这样做事情不是特别的完美，所以结尾也要善始善终，令所发的菩提心得以稳固，且善根加以增长。

为了使菩提心在自相续中永远不退失，功德与日俱增、蒸蒸日上，我们要赞叹自他所做的一切善法。要知道，做任何善事一定要有随喜，要有高度的赞叹，否则这种心不一定能延续下去。诸佛菩萨始终赞叹菩提心的功德，原因也在这里。

当然，我们这次受持菩提心，应该是一种智者的行为。愚者人云亦云、随波逐流，别人说什么，自己就跟着去，但是我们这次受持菩萨戒，大家是通过智慧详详细细地观察，接受了善知识的引导后，才选择了诸佛菩萨获得成就的这一殊胜妙道。此举并非别人强迫，而是明白了菩提心的无上功德和利益之后，自愿地在诸佛菩萨面前接受了如是的菩提心。若没有这样的菩提心，行持任何善法功德也不大，对众生也没有真实的利益。尽管世间中有许许多多的善根，如人天福报的善根、具四无量心的

梵天善根、声闻缘觉具自私自利心态的善根，但这些并不是特别殊胜，在整个世界中，功德最大、对众生最有利的，唯一就是菩提心。通过方方面面了知了菩提心的这些功德后，有智慧的人才心甘情愿地受持大乘菩萨戒。

实际上，如果相续中有了菩提心，这种人是非常伟大的。以前阿底峡尊者在藏地经常宣讲菩提心、皈依、业因果三种法要，有位老乡成天听尊者讲“菩提心、菩提心”，也不知道这是什么。有一次他到博朵瓦格西面前，询问道：“阿底峡尊者天天都说菩提心，到底它是什么呀？是人的名字，还是什么东西？”博朵瓦格西语重心长地回答说：“所谓的菩提心，就是舍弃自私自利，为天边无际的一切众生获得圆满正等觉果位的一种发心。它是我们要发起的一种心。”那个老人家听后非常感动，赞叹不已，连声说道：“受持菩提心的人真是很伟大！菩提心非常了不起！”这段公案后来也被收录在噶当派的《喻法书》里面。所以受持菩提心的人应该是智者，没有智慧的人绝不可能接受菩提心，没有福报的人也不可能遇到如此殊胜的大乘法门。

在座的各位既然已经发了菩提心，从今以后为了圆满它的善根，就应该善加保护，使它得以稳固强大，永远在自相续中延续下去，这对每个学习大乘佛法的人来讲是非常重要的。为了达到这样的目标，我们应该修自他赞叹——让自己生欢喜心、让众生也生欢喜心，通过这两方面生起欢喜心，赞叹菩提心的无上功德。

庚二（真实后行）分二：一、令自欢喜；二、令他欢喜。

辛一（令自欢喜）分二：一、因成办自利而生欢喜；二、因成办他利而生欢喜。

壬一、因成办自利而生欢喜：

此科判分三个方面进行阐述，第一是“思维人身难得具有重大意义的道理而生欢喜心”，颂词是这样说的：

> 今生吾获福，善得此人身，
> 复生佛家族，今成如来子。

今生今世，我已经获得了如此的菩提心，确实是具有大福报之人，为什么这样说呢？因为我得到了暇满人身，如今又投生在如来的家族中，真正成为了佛的意子[14]。

[14] 佛子分为三种：佛的身子，即罗睺罗尊者；佛的语子，即声缘阿罗汉；

大家应该非常庆幸今生能值遇大乘佛法，不然的话，恐怕许多人现在仍在自私自利的心态中流转，甚至不信佛教，整天在社会中忙忙碌碌，不知道方向在何处。当然，这种福报并不是无因无缘的，它是自己在千百万劫中供奉如来、修持正法的果报，再加上佛陀不可思议的加持和威力，种种因缘聚合起来，即生中才遇到了这样的善知识及大乘佛法，并且转生于佛法兴盛的中土，这是非常难得的一种缘分。

从无始以来，我们在轮回中流转的次数无法计算，在这么长的时间里，自相续中也没有生起过如此胜妙的菩提心。而今我们生起了真实无伪的菩提心，这种人身是所有人身中最为难得的。大家都知道，世间上有各种各样的人身，有些人依靠它来造恶业，有些人依靠它做一些无聊、无记的事情，我们现在获得了具有十种圆满、远离八种无暇的暇满人身，又有机会发起这样的菩提心，这样的话，大家都已经转生在如来的家族中了。当然，这里的“如来家族”并不是指释迦族。

从世俗的角度而言，只要心对大乘佛法生

佛的意子，即发起无伪菩提心的大乘菩萨。该颂所说的佛子是指后者。

起信解，《经庄严论》中说，我们相续中的解脱种子就有机会萌芽成熟。所以，对大乘佛法生起信心，发愿菩提心和行菩提心来利益众生，这就是世俗菩提心的开端。当然，胜义菩提心要从一地菩萨开始获得，这种如来的家族，我们暂时还没有转生。但现在生起了世俗菩提心，前文中说过，此时自己的名字和意义全部都转变了，已经成为了如来的意子。就像转轮王的太子一样，虽然现在还不具足真正治理国家的能力，但自己已经身为太子，终有一天是会登上王位的。所以我们理应生起欢喜心，因为获得了这么好的人身，又发起了这么殊胜的菩提心，这在世间中是非常难得的！

前段时间有个道友说：“我觉得自己相当有福报。你看漫漫人生道路中有这么多邪知识、这么多非法的行业，我现在没有加入这些而入了大乘佛教，这真是人生中最大的幸事！”很多人都有这种想法。确实如此，尽管我们现在仍有贪心、嗔心和一些世俗的烦恼，但不管怎么样，已经被如来的加持所勾召，就像水里的鱼上了钩一样，迟早都会被拉到岸上的。同样，我们现在遇到了如此殊胜的大乘佛法，相续中

已经有了菩提心，如果自己非常精进，即生成就也不是不可能的，这在显宗和密宗中都是有的。

《毗奈耶经》中记载，阿难尊者依靠窍诀，在一天中就获得了圣者果位。密宗的一些大成就者传记中说，拉瓦巴依靠上师的殊胜窍诀，只用了一晚上的时间，就获得了大手印的圆满果位[15]。藏地有位瑜伽士叫夏炽确，他依靠阿底峡尊者菩提心修法中舍弃自私自利、行持慈悲菩提心的这一教言，了悟到一切我与我所没有任何意义，遂将自己的财产全部抛弃，一心一意地修持了五年，最后获得了圣者果位，成为整个佛教史上公认的大成就者。所以，如果快的话，短暂的一生中也可以成就，再怎么慢，只要我们相续中没有出现"舍弃愿菩提心"的这种违品，一定会在很快时间中成就的，只不过是迟早而已。就像我们以前在"甘孜师范学校"读书时，只要考取了那所学校，不违犯大的学校纪律，即使成绩再差，毕业后也都可以当老师，肯定有工资拿，每个人都有这种安全

[15] 此处说法出自于其他传记，与《密宗大成就者奇传》中的公案略有不同，但并不矛盾。

感。

当然，赞叹菩提心的功德，并不是用一种虚无缥缈的语言来夸大其辞，而应当有理有据，以前我们也讲过，无数大成就者都通过这样的妙道而获得了无上圆满的果位，所以大家理当生起欢喜心。这种欢喜心是很重要的，有些人根本不知庐山真面目，总认为每天在这里听受佛法、发菩提心是理所当然的事，并不是特别的可贵难得，这种想法是不应理的。要知道，现在转生于如来的家族[16]中，这是百千万劫难遭遇的福德因缘，以前在荒无边际的轮回旷野中，我们无依无靠、非常可怜，如今有了大乘上师的摄受，有了诸佛菩萨的保护，自己成为如来家族中的一员，每个人都应当生欢喜心。假如什么感觉都没有，欢喜心也没有，痛苦心也没有，那就像无垢光尊者在《心性休息》里说的一样，我们的心脏变成一块石头或是铁球了。有些人吃喝玩乐或是遭遇一些其他的痛苦，感觉就特别强烈，包括做一些非理的事情，他们

[16] 以前的印度，关于家族方面的公案比较多。按照那时候的传统，儿子从小就要问父亲的家族是什么，一旦知道了家族的行业，从此以后他就要继承家族的事业。

高兴得特别快，痛苦得也特别快，但对于出离心方面，好像从来不厌烦世间的痛苦，不愿意行持诸佛菩萨的善举、继承他们不可思议的事业，这一点可能也跟个人的心态有关，自己还是应该加以改造。以上讲了第一个问题。

第二个问题是说，我们获得了这样的菩提心后，应当以不放逸的行为来使它稳固，不要让它不合理地消失了。颂词是这样讲的：

尔后我当为，宜乎佛族业，
慎莫染污此，无垢尊贵种。

我一定要尽心尽力地行持如来家族的事业，初中后都保持清净无垢，绝不能以恶行来玷污这纯洁尊贵的种性。

此颂词说明了两个问题：第一、我们以后做任何一件事情，必须要符合佛陀所规定的教规教义，以佛教的戒律守护自己的三门；第二、我们既然已经发了菩提心，加入了大乘佛教的行列，那么从今以后，我们的身份跟其他人完全不相同了，一定要符合佛陀的事业而千万不能以非法行来玷污如来纯洁无垢的种性。

我们没有加入大乘佛教之前，身心可能没什么约束，随随便便、随心所欲，怎么做都可

以，但现在跟以前不同了，就像有位县委书记说的："我跟其他人的行为是不相同的，以前自己有时候还可以放逸，但现在如果不约束的话，很多人的眼睛都在看我。"他们世间人都有这种正知正念，我们大乘修行人就更不用说了。以前自己没有皈依、进入大乘的时候，身心几乎都是随世间而放逸行事，如今我们在诸佛菩萨、金刚上师面前已经承诺：从现在开始，阿弥陀佛、释迦牟尼佛、文殊菩萨、观音菩萨等诸佛菩萨怎样舍弃自己、饶益众生，我也发愿必须要做到。既然发了这种愿，具有智慧的人是不会发空愿的，一定要对自己的承诺负责！

我们应该时时想到自己是在诸佛菩萨面前发过愿的，从今以后行为跟以前完全不同了，就像星级宾馆里的服务员，他在经理面前承诺："从此以后我成为你们宾馆的成员，不管别人怎么欺负我，为了工作的效益，我还是认认真真地对待，不会违反你们所规定的制度。"如果这样承诺的话，他以后在行事过程中也是规规矩矩的，经常用正念来提醒自己。同样的道理，我们作为一个大乘修行人，已经在诸佛菩萨面前发愿"我要受菩提心"，就必须严格要求自己，

所作所为务必要与佛子身份相适合，切不可放逸行事，染污尊贵的如来种性。

当然，受持菩提心归纳起来有两种，一是尽量舍弃自私自利的心态，全心全意地帮助众生，这就是所谓的如来事业。从佛教历代高僧大德的传记中也可以看出，鸠摩罗什、唐玄奘、智者大师、永明禅师、鉴真和尚等从来没有着重强调自己，都是依靠舍弃自我、利益众生的伟大事业，最终获得了至高无上的成就。我们现在虽然能力有限、发心有限，无始以来一直串习自私自利的心，现在一下子要改变，恐怕有一定的困难，但我们还是要荷负如来事业，这是每个大乘修行人不能放弃的。此为第一个：我们必须要负担如来事业。

第二个就是千万不能以自己的恶行来玷污如来的纯洁种性。佛教是纯洁无垢的宗教，这是世界上有智慧的人都承认的，然而在佛教徒当中，有些人的行为确实不如法，不仅我们出家人看得出来，甚至有些在家人也看得出来。就藏传佛教而言，在这么漫长历史中，教义上谁也找不出任何错误，尤其是藏传佛教寺院具有的辩论、闻思修行、实修闭关等许多特点，

在某些范围内，恐怕连汉传佛教、南传佛教也比不上，这一点并不是我们夸夸其谈，有机会你们去参访参访，看看那里的修行人是如何常年如一日地辩论闻思就会了然。可是，在如今的末法时代，有极个别的人，不管是在汉地还是国外，经常打着佛教的旗号作一些不如法的行为，以佛教徒的身份来染污我们的佛教。

前段时间，听说有位藏传佛教的活佛到广东一带化缘，在此过程中他遇到一位没有智慧的居士，（我总觉得，行为不如法的出家人和没有智慧的居士两个相接触的时候，经常对佛教产生不利的影响。有智慧的居士首先会观察这个出家人到底怎么样，供养等方面会掌握分寸的。）这位活佛先宣传了他的寺院及自己的转世情况等，讲了很多之后，那位居士对他生起了信心，供养了一辆车。事后居士来到藏地，发现原来所听到的并不真实，很多地方都有漏洞，出入比较大，于是他不太高兴，去成都跟那位活佛要那辆车，两人开始出现了矛盾。活佛说：“你既然供养了我，现在就不能反悔，否则的话，你在佛教方面有过失，从世俗的角度来讲，也如何如何不合理……”那位居士说：“我并不是无缘无故供养的，当初

认为你是真正了不起的高僧，但现在我后悔了，不供养了。”此事一直纠缠不清，后来听说通过政府部门的调解，这部车还是还给了居士，那位修行人在失望的心态中回到了藏地雪域。

我觉得这并不代表整个藏传佛教，但个别人的行为不注意的话，确实是有这种现象，不仅仅是藏传佛教，汉传佛教中也有很多佛教徒有时候行为不如法，从各方面给佛教带来了不良影响，这也是我们经常耳闻目睹的事情。

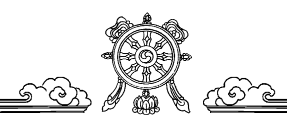
所以，不管你是出家人还是居士，所作所为都应该为佛教着想，尤其是现在有些居士，口口声声说自己是皈依佛门的佛教徒、如何如何了不起，但从他的有些行为来看，根本看不出是佛教徒，既没有慈悲善良，行为也不如理如法，有时候甚至连世间中没有皈依、没学过大乘佛法的人都不如。你们前天已经在诸佛菩萨面前发了菩提心，我希望从现在开始，不管自己怎么样，也不要以佛教的名义来欺骗众生、害众生。试想，以前所有的祖师、诸佛菩萨，他们在因地时为了救护一个众生，也愿意舍弃自己的生命，可是现在的有些佛教徒，不但不能利益众生，反而以种种行为来欺骗众生、杀

害众生、殴打众生，跟高僧大德们的行为完全背道而驰，这样的话，能不能获得成就呢？绝对是不能的。不仅自己不能成就，而且还有损于整个佛教，有损于众生的善根增长。所以说，有些人如果实在没办法约束自己，那按照麦彭仁波切所讲的那样，出家的行为若没有办法守持，佛陀也开许你舍戒还俗，这没有什么不可以的。但若你穿着这身衣服，经常在外面招摇撞骗，做一些不如法的事情，这是不允许的！

我遇到一个在家人，习气比较深，邪见也比较重，他说在某地看见一个胖胖的出家人，据说是位比较有名的高僧，他旁边有两位汉族觉姆，一边一个在扶他，走路都要靠这左右两个“拐杖”。这种行为不管从戒律上也好，从别人的看法上也好，真的不太如法。毕竟我们内心中的烦恼完全清净，这在佛陀时代也有一定的困难，所以佛教徒在任何人面前的举止应当庄重，不要故意去玷污佛教，否则会有非常大的过失。另外，不管你是出家人还是在家人，凡是学习佛法的，希望大家在非佛教徒面前也应该表现出一种庄严的威仪，这一点我觉得非常重要！

我有时候说一些别人的过失，但这并不是与某人有矛盾而发出来的，只不过我们作为佛教徒，如果没注意的话，的确对自他的身心都不利。其实如果真正行持佛法，尤其是出家人，应该是最光荣、最伟大的。前段时间我们几个同学聚会的时候，班里只有两个出家人，当时我们两个离开学校时，很多同学都非常关心，觉得“你们出家以后没有工资、没有地位，多么可怜啊！”为我们流下了多少眼泪啊！可是现在毕业二十年了，二十年后大家集聚在一起时，回顾每个在家人的经历，他们都饱尝了无数的坎坷和曲折，或是事业上的，或是感情上的，或是家庭上的……说起来时几乎都会流出眼泪。而我们两位出家人，现在吃的也有，穿的也有，再加上二十多年中也没有经历过这么多痛苦，所以后来包括我们的老师，也都非常赞叹如来的清净之道。

在座有这么多的出家人，你们也应该想一想，如果现在没有出家，身为在家人，你想听一堂课也是非常困难的。因为上面有老年人，中间要面对一个特别可怕的人，下面有孩子，周围有亲戚朋友，每天都要应付无数的事情。



所以在座的出家人应该说是很幸运的，不仅转生在这样的如来家族中，而且能守持如此清净的别解脱行为，这一点大家千万不能舍弃。如果你不知道这种功德，以后真的还俗了，或者由于行为不如法，结果变得特别可怜，那时候就算后悔也来不及了。因此，你们一定要珍惜今天的这种福报！

下面讲第三个：用比喻说明菩提心的难得。

犹如目盲人，废聚获至宝，
生此菩提心，如是我何幸！

就像一位双目失明、非常贫穷的盲人在废墟或垃圾堆中获得了价值昂贵的如意宝，这是多么稀奇的一件事。同样，没有取舍智慧、犹如双目失明般的我，依靠积聚业和烦恼如同废墟般的身体，生起了像如意宝般的无上菩提心，该是何等的幸运啊！

这个颂词是将比喻和意义结合起来说明的。从获得者的角度来看，无始以来自己都是没有打开取舍智慧双目的失明者，能获得如意宝是极为难得的；从对境上看，价值连城的如意宝在大海或国王的宝库中可能会出现，但在垃圾桶或肮脏不堪的废墟里一般不可能有，这

是对境方面的难得；从所获物方面来讲，获得一些嘉奖或得到一些财物，这是有可能的，但是获得如意宝的话，没有一点福报的人根本得不到，从所获物的价值上来讲，也是无与伦比的。应该从这三方面来分析比喻的涵义。

我们即生中生起了如此殊胜的菩提心，的确非常难得。在座的各位以前没有发菩提心时，恐怕人身过得没有任何实义，成天吃海鲜、吃青蛙、吃毒蛇（众笑）……我说得可能有一点夸张，但我觉得吃蛇和吃毒蛇没有什么差别，不知道你们笑什么？有时候你们不知道我笑什么，有时候我也不知道你们笑什么，嘿嘿！有些人在过去的生活中，所吃的就是这些，所说的全是无稽之谈、无关紧要的话语，行为就是今天去旅游，明天去唱歌跳舞、上酒吧，没有意义地虚度人生。尤其我看到大城市里的很多人，所谓的人生过得一点实义都没有，也许他们听了以后不高兴，认为“我过得多有意义啊，你看我的房子这么好，家里如此的富丽堂皇……”，可能会这么想。但这种暂时的价值，从他们自认的着眼点来看虽然是有一点，但以我们的价值观来衡量，根本没有丝毫意义。

获得菩提心就不是这样了，真正的菩提心，一般人在梦中也没有梦到过，它的价值完全等同于真正的如意宝。假如有人让你今天当总统或者国家主席，这并不值得赞叹，但如果我们相续中得到了利他的菩提心，这个价值远远超过了任何地位。当然，世间上并不是这样的，如果开运动会赢得了世界冠军，或者获得了诺贝尔奖，在无数人的赞美声中，得奖者肯定沾沾自喜，甚至高兴得要昏过去了。但是从价值上来讲，不管你得了多少美金，任何奖的价值也无法与菩提心相提并论。因为你所获得的这种奖，在你人生过完后就没有了，今天得了个诺贝尔奖，全世界的人对你刮目相看，自己十几年中风光无限，但死后这些也不可能如影跟随的；纵然你当了总统或国家主席，换任后还是个普通人，死亡来临时也跟其他人一样要去面对的。但你若生起了菩提心，且没有遇到任何违缘，那么生生世世乃至获得佛果之前，就成为了具有解脱种子的大乘菩萨，已经踏上了菩提之道，从此以后改变了自己的命运。

在座的道友当中，有些人可能认为：“我现在修也修不动，背也背不起，考试也不能参加，

每天都迷迷糊糊的，一点意义都没有，要不要去跳河自杀啊？”实际上，你们不要这样自卑，相续中如果有了菩提心，即使今生中什么事情都不做，天天吃得饱饱的，然后睡懒觉，什么都不发心，什么都不参加，我觉得也是可以的。这并不是开玩笑，确是发自内心的话！因为菩提心的的确确千载难逢，就像《华严经》中所讲的，有位贫穷的人获得了如意宝，从此以后就改变了一生的命运。同样的道理，我们不管是什么年龄，三十多岁、四十多岁或者是小孩子，只要遇到了大乘佛法，从此就改变了自己的种性。本来你是为了自己而活着，现在是为了众生的利益而活着，如果这样改变了方向，今生获得人身也具有重大意义了。不管别人承不承认，事实就是如此。当然，你不承认也得有个充分理由，我想这是谁也找不到的。大乘佛法在2500多年中，可以说是无机可乘，任何外道和学者都不能破斥这种崇高的精神，因此大家一定要生起欢喜心，这是非常有必要的！

壬二、因成办他利而生欢喜：

菩提心不仅能成办自己的利益，而且也能成办众生的利益，对此大家理应生起欢喜心。

我觉得今天很开心，前段时间讲忏悔时，每个人都认为自己罪业深重，好像没有希望了，有时候特别特别伤心，但今天，我看大家也是非常的欢喜，应该要这样！

灭死胜甘露，即此菩提心，
除贫无尽藏，即此菩提心，
疗疾最胜药，亦此菩提心。

你们背诵的时候，这一段背得特别好听，背起来也不是特别费力，几个颂词都比较相似。有些背得不是特别好的道友，背到这一段时，马上就抬起头来——“即此菩提心……”

“灭死胜甘露，即此菩提心”：众生在生死轮回中的流转是无边无际的，而能摧毁众生死主的胜妙甘露，就是这颗菩提心。所谓的甘露，大乘法要中说是天人的甘露，天人在与阿修罗作战时，身体受伤后依靠甘露就不会死亡，服用后即刻得以恢复。后来释迦牟尼佛的妙法也有“甘露”之称。佛陀在菩提树下成道时，也曾说过：“深寂离戏光明无为法，犹如甘露妙法吾已得。”因此所谓的甘露，从出世间角度而言，就是指摧毁死魔，灭除了众生的生死；从世间角度来讲，它是一种无上的妙药，即使病人已

经奄奄一息，依靠它亦可重新康复。

在六道轮回中，能灭尽生死的就是这颗菩提心。我们不管是传讲者还是听受者、修行者，只要有了菩提心，从此以后就不用再步入漫长的轮回之道，故称之为甘露。

“除贫无尽藏，即此菩提心”：遣除众生一切贫穷的无尽宝藏，也是这颗菩提心。世间中有些人没有福报，不具备物质受用，非常贫穷；有些人虽拥有无尽财富，但内心却十分空虚，始终有一种失落感，快乐不起来。现在世间上的人们也是这样，尽管外面的物质资具样样具足，可始终没有满足感，贪婪之心与日俱增，因达不到自己的目标而非常痛苦，不断处于渴望和欲望当中，精神世界非常贫穷。然而，如果有了菩提心，就能远离这种贫穷，由于断除了自私自利，不会对财产或其他事物妄起贪执，内心就经常有满足感，根本不会痛苦的。或者也可解释为，菩提心能赐予众生暂时的人天福报，究竟的三解脱果位[17]。缺乏这种快乐的众生，依靠菩提心也能如愿以偿、得到满足。从这两方面来讲，菩提心在整个世间中，是唯一能满

[17] 三解脱：声闻、缘觉、圆满菩提。

足一切众生所愿、犹如国王宝藏般的无上之宝，它是极其可贵的，我们相续中若生起了菩提心，就会变成真正的大福报者。

有些人说：“我很想供养三宝、布施众生，帮助世间上那么多的可怜众生，但由于现在没有福报，所以特别的伤心！”如果你真想帮助可怜众生，他们确实是特别好的悲田。佛经中也讲了，积累资粮有几种对境，一是像佛陀那样的功德田，二是像父母那样的恩田，三是像可怜病人那样的悲田，我们若能以强烈的意乐，长期依靠这三种田来造善业，其福报功德是相当大的，《亲友书》也有如是的宣说。因此，你想满足可怜的众生，这种愿望是相当好的，但即使你没有经济条件，如果有了菩提心的话，也一定能满足所有众生的。有些人经常说“我帮助众生没有能力，等发财以后再说吧，现在有心力不足”，但你如果真的有了菩提心，那就会有心力也足了。

“疗疾最胜药，亦此菩提心”：能尽除众生身心疾患的最胜妙药，还是这颗菩提心。世间上有很多疾病，要想治疗众生身体和心理上罹患的种种病症，也必须要依靠菩提心。大家都

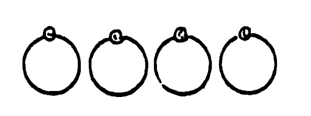
知道，八万四千病的根源就是贪嗔痴，由此导致风胆涎不调，所有的疾病才会出现。如果我们相续中有了菩提心，断绝了贪嗔痴的根源，所有的疾病自然会销声匿迹，所以菩提心是唯一的妙药。华智仁波切在有些教言中也说：“菩提心是八万四千法门汇集的醍醐，如同如意宝珠，有此则一切具足，无有此心，则不能证得等觉之位。”华智仁波切一生都赞叹菩提心，原因也在这里。

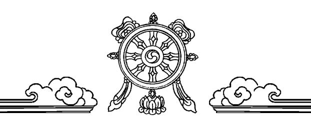
尤其是作为修行人，有了菩提心以后，不管你遇到疾病、魔障，还是修行中的违缘，都可以将其转为道用。米拉日巴尊者曾说：“病魔、违缘、障碍均安住于气脉明点当中，如果修持菩提心，这些就会成为我修行的庄严、德行的庄严。”所以在他的修行过程中，任何违缘也不能伤其丝毫。同样，我们相续中若真的有了菩提心，即使邪魔外道天天加害，自己也愿意将身体布施他们、帮助他们，并作意道：“我没什么可害的，你们想害就害吧。”如果遇到一些痛苦时，也用菩提心来转为道用，那痛苦就会烟消云散了。由此可见，具有菩提心的修行人，实在是非常快乐。相反，假如没有菩提心，即

使表面上做的善事轰轰烈烈，但实际上功德也不太大，而且有时候也不一定成为积累福德的善道。

在座的每个人应该好好观察一下自相续，如果你有了菩提心，那确实应该值得欢喜。我相信大家这次都获得了菩提心，获得之后，就应该像如意宝一样时时保护。比如在出现战争时，人们会想方设法把如意宝保护起来、藏起来，知道这个不能损坏、不能丢失，如果丢失了这么昂贵的东西，那简直太可惜了。同样，我们现在依靠自己的善缘和福报，已经获得了菩提心，那么每个人应该好好守护，临死前千万不能舍弃。如果能做到这样，虽然人生很短暂，但这一生却活得非常有意义，为自己的生生世世都奠定了非常好的基础。

所以我再三地劝请大家、祈祷大家：你们相续中依靠上师的加持，获得了菩提心如意宝，从今以后永远也不能舍弃，一定要善加保护，终有一天你们会知道“原来我在因地时发了菩提心，即生才有如此的功德”，你们是会发现的！





第三十五节课

下面继续学习菩提心未生者令生起所摄三品中的最后一品——受持菩提心品。

本品宣讲了受持菩萨戒的前行、正行、后行，其中“后行”分为令自己生起欢喜心、令他人生起欢喜心，“令自己生欢喜心”又分成办自利而生欢喜、成办利他而生欢喜，现在我们还在讲“成办利他而生欢喜”。

总的来讲，我们受了菩萨戒以后，心里一定要有种欢喜心，如果没什么欢喜心，一点感觉都没有，这说明你对菩提心不一定非常重视。倘若如此，那你以后在守持菩萨戒的过程中，如果遇到一些违缘，也不一定能以殊胜的方法来对治。打个比方说，譬如我们得到一个非常珍贵的东西，心里就会觉得“我真是非常幸运，得到了这么好的东西”，始终有一种保护心，并将这个东西藏在最保险的地方，如挂在脖子上或锁在箱子里，一旦没看见，就马上去寻找，生怕一不小心弄丢了。以前在家人认为金子银子最珍贵，而现代人认为人民币最珍贵，稍微有点钱的人，则认为银行卡或一些电器最珍贵，

对这方面比较重视，经常有一种保护心。同样的道理，无论是在家还是出家的大乘修行人，大家通过各种方式受持了菩提心，从今以后就应该让它永不退失，不能随便放弃，这一点我觉得非常重要！

彼为泊世途，众生休憩树，
复是出苦桥，度众离恶趣。

此颂宣讲了菩提心的功德，一方面以比喻来赞颂菩提心，另一方面通过赞颂来了知菩提心的珍贵。

“彼为泊世途，众生休憩树”：菩提心是漂泊三有轮回长途中的众生可以歇息的荫凉大树。《大圆满心性休息》中通过十三品的教言，让众生心性获得休息；《大圆满禅定休息》中，通过安住的方式，来让众生疲惫不堪的心获得休息；《大圆满虚幻休息》中，通过宣说八种或十二种幻化喻，让我们疲劳的心性得以休息。传承上师的教言中，给我们留下了许多休息的窍诀。在这里，寂天菩萨也说，无量众生无始以来在漫长的轮回中一直漂泊，整天被行苦、苦苦、变苦等三大苦为主的一切痛苦折磨着，折腾着，没有一个安歇的时候。假如相续中生

起了珍贵的菩提心，从此之后就不会那么疲劳和痛苦了，菩提心犹如大树般可以令人得到休息。

我们顶着烈日在长途跋涉的过程中，如果遇到一棵具有凉荫、结满硕果的大树，心里就会特别快乐。记得大概1986年的时候，我们到马尔康那一带安居，有一次去外面的牧区传法，路途特别遥远，从早上到下午一直没有吃饭。在回来的路上，我们看到路边有一棵大树，在树下美美地吃了一点水果，休息得相当好。现在将近二十年了，每次路过这棵树时，我心里都有种非常舒服的感觉，当时的情景全部一幕一幕地浮现在眼前……

我们众生无始以来在轮回路途中，特别的劳苦，好不容易得到这棵清凉的菩提心大树，依靠它，就可以获得安歇、凉爽和快乐。以前的高僧大德，如玄奘法师、根登群佩大师在去往印度的途中，举目四周，全部是茫茫的沙漠、空无一人的荒野高原，从他们的游记中也可以看出，当时有一种凄凉的感觉。在这样的环境中，倘若能找到安歇之处，内心就会非常快乐。同样的道理，我们无始以来到现在，也是特别

的劳累，现在遇到了殊胜菩提心的荫凉树，大家应该有一种快乐之感。为什么要快乐呢？因为发了菩提心以后，对自我就不会特别重视，如此一来，你的许多痛苦便会自然消失。无始以来到现在，我们心里所有的折磨、痛苦、障难等全部源于我执而产生，假如没有我执，就根本不会有这些痛苦。人们为家庭、为感情、为财富所感召的痛苦，说来说去都是围绕一个“我”字，如果对“我”不在乎而对众生特别在乎的话，生活真是非常快乐。不信的话，你可以去问一问周围的人，看他们到底为了自己还是为他人而痛苦？现在很多人欢喜看一些书和电影电视，尤其在家人经常看一些迷乱的东西，整天都迷迷糊糊的，经常为了一点小事就伤心不已。然若详细观察一下，真正为众生而哭泣流泪的有多少呢？可见，只有舍弃自己而一心为了众生，痛苦才会荡然无存，内心始终充满快乐。

“复是出苦桥，度众离恶趣”：菩提心也是救度众生脱离恶趣的最好妙阶或桥梁。充斥着烦恼喧嚣的轮回苦海难以渡越，若没有像菩提心那样的桥梁，众生永远也到不了解脱的彼岸。

上师如意宝经常说："什么时候自相续中生起无伪的菩提心，从此之后你绝对不会堕入三恶趣。"这个问题虽然前面也讲过，但由于它非常关键，所以不得不再再重复。要知道，众生都害怕堕入地狱、饿鬼、旁生当中，如果我们真的生起了菩提心，就会从此与恶趣绝缘。即使你堕到恶趣中，一弹指间也会得到解脱的。《释尊广传》中记载：释迦牟尼佛因地时转生为地狱众生嘉瓦谢达，由于对同伴嘎玛热巴生起了大悲菩提心，刹那间就获得善趣的果位。因此，只要相续中具有菩提心，就不必担心转生于恶趣了。

我们临死前最好不要失去菩提心，要经常这样思维：我的名声、寿命、财产不管如何增长，对今生来世也没有多大用处，真正有用的就是生生世世相续中有这颗善心。我有时候觉得自己有菩提心，有时候觉得没有，这也说不清楚，反正假装有吧。如果有了这颗菩提心，希望它永远也不要退失，这是我一生中最大的愿望。因为现在人也老了，不想成就什么事业、实现什么目标，只有一个愿望，就是生生世世不要失去菩提心。我有时候观察自相续，好像

有一种善良的心，但有时候不要说善良，真是特别恶毒，觉得自己特别坏。但假设说有这颗善心，希望它永远不要退失，我觉得这是最珍贵的东西。你们也应该这样想，临死之前若没有退失菩提心的话，这是一切获得中最难得的、最珍贵的东西了。

此处是以桥梁来比喻的，实际上，《华严经》中用了 220 个比喻来宣说菩提心的功德。大家了知后，理当生起欢喜心。

> 彼是除恼热，东升心明月。
> 复是璀璨日，能驱无知霾。

这里用太阳和月亮为喻来宣说菩提心的功德。

"彼是除恼热，东升心明月"：菩提心是驱除众生烦恼障酷热心中升起的皓月。所谓的烦恼障，弥勒菩萨在《宝性论》中说，就是吝啬等分别念，或者说是对解脱起障碍的心。而去除这种烦恼障的根本，就是这颗菩提心。

有些人可能认为："不一定吧，阿罗汉全部断除了烦恼障，但他却没有菩提心。"当然，这个问题我们以前也辩论过。实际上，阿罗汉如果连凡夫的世俗菩提心也没有，这是根本不可

能的。毕竟他已经完全断除了我和我所执，而我们自认为是大乘菩萨，我和我所执却那么严重，人家是已经断完了，我们是一点也没有断，这两个比较起来，阿罗汉的相续中应该是有菩提心的，只不过小乘中并没有特别强调而已，不然的话，我和我所执是无法断除的。大家都知道，所谓的菩提心，就是断除自私自利的心，让众生获得利益。阿罗汉通过宣说佛法引导群迷，具有很多很多殊胜的功德，所以断除烦恼障的根本因也是这颗菩提心。它就像东升的明月一样，能将烦恼障的所有热恼一并去除。

“复是璀璨日，能驱无知霾”：菩提心是遣除众生无明所知障迷雾的璀璨红日。所知障能障碍获得遍知佛果，属于习气的部分，它的唯一对治也是这颗菩提心。大家都清楚，菩萨的大悲菩提心不像佛陀那样圆满究竟，这就是因为细微的无明习气没有断除，因此菩提心是断除二障的唯一根本。

菩提心能在最快时间内断除二障、获得功德的这些教言，《华严经》和《妙臂请问经》当中也有广说；菩提心具有如是功德的合理性，龙猛菩萨在《中观宝鬘论》中宣讲得非常清楚，

大家有时间应该翻一翻，看看菩提心的功德到底是什么样的。当然，菩提心的究竟功德到底是谁宣说的呢？寂天菩萨和龙猛菩萨并没有凭自力宣说，《入行论》第一个颂词也可以看出，佛陀没有宣说的教言，寂天菩萨也没有说。因此，有些教言书中讲，菩提心的功德，十地菩萨也不能圆满宣说，它唯一是遍知佛陀的境界。

所以我们应日日夜夜行持菩提心，它的能力和作用是任何善心也无法相比的。阿底峡尊者当年经常喜欢念一个偈颂：“灭除诸恶趣，解脱诸障碍，赐予正觉果，顶礼菩提心。”后来，印度和藏地的许多高僧大德也经常诵此偈，以巩固自相续中的菩提心。有了这颗菩提心，无论是修行圆满也好，断除障碍也好，积累资粮也好，都是非常容易的，纽隆巴格西曾说：“只要生起了菩提心，积累资粮、断除障碍、修行成就等一切的一切，均可依它而获得圆满。”他始终以自己的亲身体会，来宣讲菩提心的功德。

反之，假如没有菩提心，修任何法也不可能成就。以前阿底峡尊者在聂塘时，遇到一位来自印度的修行人，尊者向他打听家乡（印度）最近有什么稀奇事，那个人说：“现在大家都议

论纷纷，因为有位修喜金刚的瑜伽士，由于没有修好，后来获得了预流果位。”尊者听后，连声说道：“哎哟哟！哎哟哟！他没有堕入地狱多好啊！”意思就是说，没有以菩提心摄持的修行，很有可能堕入恶趣，那位瑜伽士没有堕入恶趣而获得了小乘果位，已经算是运气了。《文殊根本续》中也记载，有个人修大威德，由于没有菩提心，最后悲惨地堕入地狱。可见，倘若没有以菩提心来摄持，不管修什么高深莫测的大法，如大圆满、大手印、禅宗，最后也会堕入恶趣或是堕入轮回的。

前段时间学习《净土教言》，很多修行人在做我们的思考题时说：“没有菩提心也可以往生。因为我看见有个老太太已经往生了，她就没有菩提心！”可能这些人是以他心通来观察的，我一般是看不出来的，表面上她是个老年人，也许还没有文化，但她有没有菩提心也不好说，即使生前没有，但在往生的一刹那，你说她不存在菩提心，这种教证我是找不到的。如果你们认为没有菩提心也可以随随便便往生，这一点用教证、理证来证明，恐怕是有一定的困难。

总的来讲，这颗菩提心不可缺少，一旦缺少了，什么样的果、什么样的功德都是得不到的。平时在修行过程中，大家一定要对大乘菩萨的功德有信心、有兴趣，这是非常非常重要的。大乘修行人对菩提心看得比较重，这确实是一种境界！我们有些人受加持的时候，说“你加持我，要很顺利地回到家”、“你加持我，生生世世不要拉肚子”……我觉得这些愿望不太好。有些人还是很不错的：“请加持我对众生多做事情”、“请加持我的菩提心不要退失”，一看就觉得他可能是大乘种性。有些素不相识的人，表面上看起来穿得很脏，头发也长得不太好看，但实际上他的心还是很不错的，从言谈举止上也可以看出他的发心和爱好。总而言之，大家千万不能忘记相续中的这颗菩提心。

是拌正法乳，所出妙醍醐。

菩提心不仅是断除二障的对治，它还是搅拌如来正法乳汁所提炼出的精华醍醐。

释迦牟尼佛宣说的八万四千法门，归纳起来就是菩提心。华智仁波切在《前行》中讲过：“这样的菩提心已经完全概括了佛陀所宣说的八万四千法门的精华，可以说是有则皆足、无

则皆缺的教言，相当于是百病一药的万应丹。其他所有积累资粮、净除业障、观修本尊、念诵咒语等一切修法，统统是为了使自相续生起珍宝菩提心的方便方法而已。如果不依靠菩提心，凭借各自千差万别的途径，根本不能获得圆满正等觉果位。”

就像牛奶没有经过搅拌就不可能提取酥油一样，释迦牟尼佛的教法，只有通过依止善知识、闻思修行的搅拌，才能得到菩提心的精华。这种菩提心不仅是释迦佛教法的精华，未来、过去、现在十方三世诸佛菩萨所成就的妙道，也唯一是依靠菩提心而得到的，它是一切法门中最珍贵、最精华、最好的醍醐。

因此大家千万不能想，我有时间就去学一学、看一看，不能以这种心态来学《入菩萨行论》等大乘佛法，在你没有得果之前，学习完全是自己的事，为自己的事情而跟别人讲条件，我觉得这没有必要。现在的学习气氛，有些地方是非常不错的，但有些地方可能是业力现前吧，经常讨价还价。总的来看，我觉得藏地寺院的闻思气氛很不错，每个寺院基本上有一些法师，引导大家学习大乘的唯识、戒律、五部

大论等。而在家人当中，这些理论性的知识并没有普及，一方面可能是传统的限制，另一方面，藏地也有一些文盲。所以从总体看来，藏地学习大乘佛法在寺院中比较兴盛。

从汉地来看，学习大乘佛法，我感觉在家人还算好一点。很多居士团体礼拜天集中在一起闻思讨论，这种现象是比较多的。而有些寺院里，每天都忙于接待、卖门票等，有些佛学院开设政治、法律、英语等课程，虽然也学一些唯识法门，但真正生起菩提心的教言学得并不多。这一点我并不是诽谤哪个道场，只是觉得汉传佛教的出家人应该在闻思方面有进一步的加强，不然的话，寺院里面没有闻思，佛法依靠谁来弘扬？毕竟在家人有家庭、有工作，还有很多很多的烦恼，不说别的，单是为了这个头发，每天也要花很长时间，所以在家人弘扬大乘佛法恐怕不是特别现实。但汉传佛教的有些寺院，可能是由于历来的传统吧，像藏传佛教那样的辩论，把白天晚上的时间都用来闻思和背诵上，这种现象特别少。当然，极少数道场还是有一点，但整体而言，并没有像藏地的这种风气。

所以有些高僧大德或者出家僧人，如果稍微有能力的话，不仅应在在家人的团体中弘扬佛教的基础法门和大乘教义，更重要的是，应在寺院及佛学院中进行推广。这并不意味着汉传佛教被哪一个民族或哪一个人所取代，而是对自己的佛教文化提升、弘扬佛法有非常大的利益和贡献。当然，在推广大乘佛法的过程中，某些现象跟寺院的水平也有一定的关系。记得有次我在某地传讲《心经》，当时在家人全部自始至终地听了，有一个寺院的出家人，开始时他们全都来了，到了中间，大和尚听不懂就回去了，后来其余的僧人也陆续离开，最后只剩下一个小沙弥。这对我来讲倒也没什么，反正只是一堂课的时间，但个别的地方确实是有这种现象。在有些在家团体中，学习《入菩萨行论》一直没有间断过，学的人也越来越多，这种现象非常明显。但从某些寺院来看，很多情况不太理想。所以希望大家站在公正的中线上看左右，看看现在的佛教到底是谁在弘扬？是在家人还是出家人？如果是出家人的话，依靠哪些高僧大德在弘扬？这方面应该值得深思。

言归正传，释迦牟尼佛八万四千法门中最

珍贵的就是菩提心，前面也讲过，“佛于多劫深思维，见此觉心最饶益”，既然释迦牟尼佛都觉得菩提心最珍贵、对众生最有帮助，那我们也应当尽量像阿底峡尊者那样，以后到哪里都是“菩提心、菩提心”，依靠这种方式，别人先不知道什么叫菩提心，后来也逐渐逐渐地知道了。或者像藏地的华智仁波切弘扬《入菩萨行论》一样，尊者没有出世前，此论在整个藏地并不太兴盛，但自从尊者来到这个人间，《入菩萨行论》在各大寺院开始广泛弘扬、遍地开花。华智仁波切的祈祷文中也说了，他本人就是寂天菩萨的化身，真的是这样！

以后在各大寺院或其他团体中，大家能不能把《入菩萨行论》和菩提心作为弘扬的重点？如果能的话，这确实对众生有非常大的助益。值得注意的是，大乘佛法的醍醐是菩提心，千万不要认为是人民币！原来法王去香港时，有个僧人开玩笑说：“我们这里把红包当作搅拌正教乳汁所出的醍醐。”什么意思呢？有些上师给信众们传法，这相当于搅拌如来的正法乳汁，然后他们得到一些红包，这就是提炼出来的醍醐。这种做法对佛教有损，是很不合理的。以

后我们不管给别人灌顶、传法、打卦还是做其他事情，如果是为了人民币的醍醐，这样实在不太好，不要搅拌这种如来乳汁！

于诸漂泊客，欲享福乐者，
此心能足彼，令住最胜乐。

流浪在三有的路途中的众生都想获得快乐，而获得快乐的唯一途径就是依靠菩提心。有了这颗菩提心，便能满足世界上一切众生的心愿。

我们若想帮助众生、饶益众生，菩提心是不可缺少的。然而，在茫茫世间界中，芸芸众生都是为了自己的目标而奔波。根登群佩大师曾说："没有眼睛的小蚂蚁为了安乐而忙碌；没有四肢的蚯蚓也为了安乐而忙碌……总之，世间所有众生都是为了求得安乐而奔波。"确实如此，上至梵天，下至地狱，无可计数的众生都想获得自己的快乐，但真正获得快乐的又有多少呢？有时候我到大城市里，看到熙熙攘攘的人群来来往往，他们有些人在赚钱，有些人在搞生意，有些人在装扮自己的身体……乍看起来，这跟蚂蚁穴和蜜蜂窝没什么差别。他们成天都在为了自己的快乐而奔波，其实如果生起

哪怕一瞬间的菩提心，他们的一切愿望就全部解决了。

我们可以看到，过去的高僧大德住在山上寂静的地方，为了众生而修菩提心，他们的生活、资具非常简单，但内心的快乐却无法言喻。而现在世间上的人，上至国家主席，下至乞丐，真正快乐的人是很少的。原因是什么呢？就是缺少菩提心。倘若有了菩提心，心里就会很快乐、很开心，生活也会过得很美好。所以我们若要自己开开心心、快快乐乐，菩提心是必不可少的，另一方面，还要通过各种方式传播菩提心的精神，以此帮助家人、帮助社会、帮助其他众生，这对众生是最有利益的。

我们始终都要把菩提心当作世界上最珍贵的东西，只有知道了它的可贵，才会对它非常珍惜。倘若对它没有兴趣，就像在饿狗面前放青草一样，我觉得这样不太好。希望大家应该重视大乘修法，不要像胆病患者见到油腻食物一样，一说到"利益众生"，就一点精神都提不起来。前几天我们要做一点弘法利生的事情，问你们愿不愿意报名？有些道友非常积极，虽然后来没被录取，但他的行为说明他真的具有

菩提心；有些人平时嘴巴上很会说，行为也比较如法，但遇到利益众生的事情，他从来都是不闻不问，甚至要从这种行列中急忙退下来。这种人帮助众生没什么兴趣，一涉及到自己的利益就勇往直前，别人一看就知道他的种性——“哦，这就是独觉道的人！”

作为大乘修行人，如果遇到自己的利益，少争取一点是可以的。对于帮助众生的事情，不管是什么行列、什么项目，大家还是应该主动地参加，这对培养我们的菩提心有非常大的利益。当然，大家现在是初学阶段，相续中的利他心不可能马上达到一地菩萨的境界，毕竟佛菩萨的境界是多生累劫积累而来的。但我们即生应该有个最好的开端，在死亡来临之前，不管是白天也好、晚上也好，要经常反复思维：菩提心是我的家产中最珍贵的东西，其他的东西丢了也没关系，但这颗心一定要保护好，千万不能让失毁正知正念的小贼偷走了。如果始终都有这样的念头，我们的修行必定会有所长进的。

以上讲了令自己生起欢喜心。不知道你们生起欢喜心了没有，我感觉还算是不错的，虽

然自相续中什么都没有，但能对你们讲这些道理，我觉得还是很有福报的。就像聋子唱歌一样，虽然他自己听不到，但若能让别人有一种欢喜心，也就心满意足了。你们如果能对菩提心真正生起兴趣，感到它非常的可贵，这就是我宣讲本品的目的所在！

辛二、令他欢喜：

今于怙主前，筵众为上宾，
宴飨成佛乐，普愿皆欢喜。

在菩提心生起的今天，我于十方诸佛、金刚上师、住地菩萨前，迎请他们作为见证，宴请地狱、饿鬼、旁生、人间等一切众生作为贵宾。当然，请客人一定要给他吃好、招待好，否则，他不满意的话，下一次就不理你了。那么我请这些众生要给他们什么呢？就是究竟正等觉佛陀的无上安乐，以及暂时的人天福报和利益功德，愿所有的人非人等众生皆大欢喜。

法王如意宝也讲过，如果一个人相续中真的生起了菩提心，那他始终都会想把自己所拥有的财产、善根、身体等全部布施给众生，这样一来，人天等一切有情都会生起极大的欢喜心。因为世界中有了一个菩萨，就会增添一分

美好，人和非人自然而然也会消失他们的嗔恨心。有些大德们的教言中说：假如一个人生起了菩提心，众生哪怕听到他的声音、看到他的样子，享受到他的任意一分，也会获得无上善根，播下解脱的种子。

在这个世间中，真正具有菩提心的高僧大德非常难得，如果有的话，众生见到他、接触他、忆念他、观想他，不管结上什么样的缘，都能直接或间接趋入菩提正道。我们在座的人，身份方面没什么差别，地位方面也没什么差别，如果你们堪为大乘法器，相续中有一颗菩提心，那不管别人怎么歧视你、欺负你，实际上你也是众生的怙主。

因此，我们在所有的众生面前可以这样说：你们应该生起欢喜心，我现在已经成为菩萨了，不要伤心，应该快乐起来，我一定会救度你们的，到了一定时候，我将把佛菩萨的无上安乐赐予你们，使你们离苦得乐，不在轮回中受苦。这些内容我们每天都在念，只不过有些人没有注意罢了。若能经常这样发愿，邪魔外道、妖精附体等就会消除怒气和嗔恨心，逐渐逐渐愿意帮助修行人和其他众生。所以，世间上现在

最缺少的就是菩萨，自私自利心强的人多得不得了，到哪儿去都是这种众生。但如果真正有了具菩提心的大德，整个世界就会变得非常快乐。因此，平时串习菩提心是最重要的，无论修行、参禅还是做任何事情，我们均应当以菩提心来摄持。

按照华智仁波切的教言，以上三品讲的是菩提心未生者令生起，第一品主要宣讲了菩提心的功德，第二品讲了菩提心的前行——积累资粮和断除罪障，第三品是受持菩提心。打个比方说，譬如我们要买一样东西，首先要了知它的功能，对此产生真实的兴趣（第一品）；然后考虑需要多少资金，应该排除哪方面的困难（第二品）；买到以后，自他心里都非常高兴（第三品）。再比如说，天气特别热的时候，我想买一个空调，首先要打听哪个厂的空调质量不错，了知它的功德；然后再看钱包里的钱够不够，算一算应该可以的，有七百八十三元四角五分钱，所以就去买；买完以后，在家里打开一用，很舒服、很快乐，不仅自己欢喜，而且也让众生欢喜——“我家有空调了，你们都来啊……”（这些空调的内容，如果冬天讲，你们不一定有感觉！）

同样的道理，菩提心在相续中生起以后，自己欢喜，众生也是非常欢喜的。

然而，只是生起菩提心还不行，以后怎样用正知正念来护持呢？下面从戒律度、安忍度直至智慧度一直讲下去，最后进行回向，这就是本论的全部内容。

一般而言，在藏传佛教中，前三品再加上最后一品，叫做“入行论四品”。这四品的颂词，每个寺院中乃至小僧人以上都要背，如果不能背诵全论，这四品也是必须要背的。尤其是刚开始学大乘佛法的人，你们必须要串习背诵，即使自己的根基不太好，实在没有办法闻思，也要尽量背诵这四品。我们这里有些道友，已经六七十岁了，考试时还背得非常不错。他们都有这样的兴趣，你们年轻人没必要天天都在吃喝玩乐！

有时候看来，人的素质跟学问也有一定的关系。那些真正有学问的人，一提到大乘佛法的道理，他们就饶有兴趣、津津乐道；讲一些无关紧要的话，如吃吃喝喝，他们就不愿意浪费时间。而有些人却恰恰相反，讲一些没有意义的事，他们就眉飞色舞，但若提到重要的问

题，就开始打瞌睡，不太愿意听。所以从一个人平时的言行举止上，有时候也能看出他的素质、智慧、品德如何。希望你们在一些重要问题上，多谈一下、多想一下、多说一下，不是特别重要的事，讲也可以、不讲也可以。平时每次下课的时候，大家都闹哄哄的，你们说的事情重不重要，我也不太清楚。但不管怎么样，希望大家观察一下自己的心和语言，有智慧的人是不愿意讲废话的，这是麦彭仁波切在《君规教言论·语言品》中的教言！

〖第三品释终〗



第三十六节课

下面开始宣讲《善说海》的第四品。

《入菩萨行论》第一品中宣讲了菩提心的功德，然后开始宣讲六波罗蜜多。其中布施波罗蜜多在第二品、第三品分别讲了一些，同时在回向品中也讲到了法布施和发愿布施，因此没有单独安立为科判。

在获得菩萨戒以后，怎么样趋入菩提呢？首先是讲戒律波罗蜜多，用不放逸和正知正念两品来宣说。接下来就是安忍、精进、静虑、智慧，每一度用一品来阐述，品名也分别叫安忍品、精进品、静虑品、智慧品。

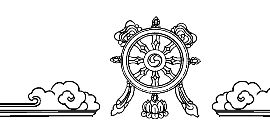
首先我们讲戒律度中的第一品 第四品 不放逸。

戊一（不放逸）分三：一、略说；二、广说；三、摄义。

己一、略说：

> 佛子既如是，坚持菩提心，
> 恒勤勿懈怠，莫违诸学处。

作为发了大乘菩提心的佛子菩萨，我们依靠七支供等加行、龙猛菩萨或无著菩萨两大传



承仪轨来受持菩提心的正行、让自他生起欢喜心的后行，已经获得了非常殊胜的愿行菩提心，从此以后就应当坚定不移地守护菩提心，即使遇到生命危险也不舍弃，并且努力做到恒时不违越菩萨学处。

此处的菩提心，是指世俗菩提心，不能舍弃这样的世俗菩提心，是本品宣说的主要内容。以什么样的方式不舍弃呢？就是以不放逸和正知正念不舍弃。不放逸的话，一定要精进不懈怠，不要认为我受了菩萨戒就是菩萨了，以后不用度众生了，天天都是很安闲地坐着，这样并不是菩萨的行为。受了菩萨戒以后，大家一定要在思想上、行为上多考虑众生，多做一点利益众生的事情，凡是有利于众生的，什么事情都要做，这在下面也会讲到，因此千万不能懈怠！

现在世间上的有些人，经常以种种借口来拖延闻思修行，什么“我现在工作很忙”、“我要考试某某论典”、“我现在如何如何”，动不动就想退心。其实学习这部论典的安排，对外面的人来讲是很轻松的——两个月只听 15 堂课，相比我们学院或任何一个闻思修行的道场，60

天只用15个小时，这已经算是非常少了，但仍有些可怜的在家人推三就四。说到他们，我有时候非常悲伤，也非常生气，表面上自认为在学《入行论》、《菩提道次第广论》，学什么呀，这不叫学，只不过是应付而已！所谓真正的学习，就像我们这里，先是法师讲，法师讲完后辅导员讲，辅导员讲完后，下面还要反反复复地讲考、背诵、笔考，参加大大小小的考试，才算是学。但有些人真是特别懒惰，当然，懒惰并不意味着你天天迷迷糊糊地睡懒觉，关于懒惰的定义，过几天还要讲。现在许多人相当的散乱，凡是做一些非法事，他们就非常聪明，有时间也有精力，但是在一个礼拜中听两三堂课，就相当的费劲，经常有种种困难。有时候看这些在家人学佛，真的没有希望了，说实话，他们只不过是应付而已，表面上过关而已，实际上根本没有好好学。真正的学习不应该这样，自己欺骗自己是没有什么用的。当然，这里说的只是部分人，有些人也特别精进，但我觉得没有必要赞叹。

如果你们真想修持菩提心，就不要懈怠，同时也不能违背菩萨戒。前面也讲了，按照《虚

空藏经》中的观点，利根者要防范十八条堕罪、八十条恶作罪。从肯定或修持的角度来讲，六度四摄、三十七道品等是菩萨应学的学处。不管是应学的学处，还是应遮的学处，菩萨戒律中怎么规定的，我们都应该认认真真地去行持。

在“略说”时，大家一定要搞明白什么叫做不放逸。所谓不放逸，就是对三门小心翼翼、谨慎取舍。《学集论》[18]中云：“所谓不放逸，即是无贪、无嗔、无痴而精进行持善法，在内心防护有漏法，它是一切世间和出世间福德的根本。”以此宣讲了不放逸的本体和作用。这是一种新概念，我们经常口头上说“不放逸”，但何为不放逸大家一定要搞明白。不放逸的定义，就是行持一切善法的精进，不放逸的作用，就是受持世间和出世间一切功德，具有这种能力的心叫做不放逸。《学集论》中还讲了不放逸的违品——放逸，什么叫做放逸呢？就是自己的三门没有束缚、放任自流，对做善法没有兴趣，造恶业却非常擅长。

[18] 《善说海》和藏文《入菩萨行论广释》中说的皆是《学集论》，但《学集论》中查无此教证，而《大乘阿毗达磨杂集论》中有此教证：“不放逸者，依止正勤无贪嗔痴，修诸善法；于心防护诸有漏法为体；成满一切世出世福为业。”上师在《入菩萨行论广释》中也曾引用过。

我们在诸佛菩萨面前已经受持了殊胜的菩提心，从此以后，菩提心的戒律永远也不能损坏，若要做到这一点，必须要以不放逸来摄持，因为不放逸是一切善法的根本，佛陀在《三摩地王经》中也说过："所说一切诸善法……根本即是不放逸。[19]"因此，八万四千法门的根本就是依靠不放逸，如果相续中有了不放逸的心态，我们做任何一件事情时都会小心谨慎的。上师如意宝在讲《入行论》时也说过："所谓不放逸，就是平时自我监督、自我提醒的一种心。"比如在说话时，看看有些话能不能说；在做事时，看看有些事能不能做；在想事情时，看看有些事情能不能想。平时自己监督自己，言行举止要特别注意、谨慎取舍，这样的行为和心态就叫做不放逸。因此受了菩萨戒以后，如果你没有不放逸，过两天就可能完蛋了，菩提心就已经失去了。

另外，《菩萨地论》中还将不放逸分为五种：第一种叫前际不放逸，即是对往昔所造的罪业心生追悔，发誓再也不造而如理忏悔；第二种

[19] 原文："如我所说诸善法，谓戒闻舍及忍辱，以不放逸为根本，是名善逝最胜财。"

是后际不放逸，就是改过自新之后，今后的行为如理如法，不做任何坏事；第三种是中际不放逸，是指当下所做的事情如理如法，不背离一切善法规则；第四种是前行不放逸，即以后的一切行为不作恶法；第五种是现行不放逸，指现在的一切行为不作恶法。后两种与前际不放逸、中际不放逸稍微有点差别，后者是从行持善法的角度而言的，前者则是从不作恶法的角度来讲的，反体方面有所不同。

不放逸能令众生获得无死的甘露果位，龙猛菩萨在《亲友书》中云："佛说不放逸甘露，放逸乃为死亡处。"意思就是说，修持善法、防止有漏法的不放逸，将到达无死涅槃的甘露之处，而放逸无度的下场则是死亡之处的轮回。这方面的教证是比较多的，如果我们没有不放逸，真实行持善法也非常困难，佛陀在《文殊国土庄严经》中曾说："放逸者，声闻之道亦不能成就，更况无上菩提正道？"对那些放荡不羁的人而言，如果没有不放逸的正念，不要说声闻缘觉的果位，就连世间上的好人也可能做不到。假如所作所为就像疯子一样，连世间上最基本的人格也没有，那学佛的诚心就更不用

提了。所以，不管你是什么样的修行人，应该经常提醒自己："我是已经发了菩提心的人，行为跟其他人是不同的，我现在不能抽烟、不能喝酒，也不能作那些非常低劣的行为"，应该时刻对自己有一种约束。如此一来，变成好人也不是特别困难，否则的话，行为若想完全如理如法，这是根本不可能的！

以上是放逸品的略说。

己二（广说）分三：一、谨慎修学所修；二、谨慎所依暇满；三、谨慎所断烦恼。

庚一（谨慎修学所修）分三：一、不舍菩提心之合理性；二、舍弃菩提心之过患；三、教诫不舍菩提心。

辛一、不舍菩提心之合理性：

> 遇事不慎思，率尔未经意，
> 纵已誓成办，后宜思取舍。
> 诸佛及佛子，大慧所观察，
> 吾亦屡思择，云何舍誓戒？

我们平时做事情时，最初未经反复观察，或者只是稍加观察而未经慎重分析，在这种情况下，自己承诺"我必定要做"，然而经过一番详细观察才决定到底做还是放弃，这一点也是合情合理的。比如有些人投资做生意，开始时

觉得有利可图，但到了中间发现有点不对了，赶紧改变原来的计划，付给对方一些违约金，并抱歉道："我原来在你面前虽有过承诺，但现在想来想去，觉得这样做下去不合理，所以打算不继续投资了，咱们重新签一份合同吧。"或者说："当初我们之间的协议，现在我可能没有把握了，所以一定要改变。"这样的改变，就世间而言是可以的，做任何事情不一定从开头到结尾一点变化都没有，譬如我本来打算明天到什么地方去，但晚上想来想去觉得不妥，虽然已经在课堂上跟这么多的人都说了，但我明天不去也没有多大过失，不是什么了不起的事情，在世间上这种现象也司空见惯。

但我们受持菩提心则完全不同，舍弃菩提心并不是那么轻而易举的，为什么呢？因为一切如来，尤其是娑婆世界的本师释迦牟尼佛，具有照见万法实相的智慧，他们通过尽所有智和如所有智的再三观察，觉得对众生唯一有利的就是菩提心，而且在修道的过程中，自己也是依靠菩提心而得以成就的。就菩萨而言，无论是文殊菩萨、弥勒菩萨，还是观音菩萨、虚空藏菩萨，所有的菩萨也是在学道过程中，通

过超越的智慧再再观察诸法的本体，发现唯有菩提心才能将众生从轮回的苦海中救拔出来，获得解脱。

诸佛菩萨以大智慧和大慈悲详加观察后，都认为菩提心对众生是最有利益的，我们虽没有诸佛菩萨的智慧，但凭借自己的见解抉择，在上师面前通过学习菩提心的功德，也知道了菩提心对自他的利益，懂得这个道理以后，经过反反复复的思维，才决定受持这种发心学处。在圆满了七支供等加行之后，于诸佛菩萨、金刚上师面前发誓“我要度化无量的众生”，对这样的承诺怎能半途而废呢？我们今天发下菩提心，明天就随便舍弃了，从此不度化众生、不利益众生了，这是绝对不能的。什么东西都可以不要，但珍贵的菩提心却永远不能舍弃，《弥勒狮吼经》云：“希求菩提誓，恒时当坚固，犹如须弥山，永不可动摇。”意思是说，我们相续中的菩提心应当像须弥山那样坚固，不管遇到多大的困难或痛苦，永远也不能动摇。《文殊国土庄严经》中亦云：“不管出家或是在家，受持了菩提心以后，即使遇到生命危险也不能舍弃。”佛陀在有关经典中再三宣讲了菩提心的无

量功德。

因此我们平时做事情，假如不成功的话，中途改变是可以的，但在诸佛菩萨面前发下菩提心的誓言却不是这样。毕竟自己不是人云亦云，别人说什么自己就马上去做，以前上师也讲了，个别人可能有这种情况，但百分之九十的人是知道了佛经（如《华严经》、《宝积经》、《妙臂请问经》）中菩提心的功德、对自他有何利益之后，才决定守持大乘菩提心的。既然如此，那以后不管遇到什么违缘和困难，都不能舍弃菩提心。

我们在座的人，能在这个清净道场住多久，谁也肯定不了，但不管怎么样，你以后无论到哪里，都不能舍弃菩提心，应把它当作永远的如意宝来对待。住在城市里的佛友们也是如此，通过网络、电视等，大家已经接受了这样殊胜的菩提心，那么从此以后，你不管在什么场合中，就算没有地位、没有财产、没有身体、没有生命，最主要的就是不能舍弃这颗菩提心。如果舍弃了的话，对我们的损失是很大的。所以我们每个人在修行的过程中，务必要时时刻刻忆念这个愿：我什么都可以舍弃，但菩提心

千万不能舍！经常在诸佛菩萨面前发这种誓言，并且祈求诸佛菩萨、金刚上师时刻加持，令自己的誓言得以圆满。

辛二（舍弃菩提心之过患）分三：一、异熟果堕恶趣；二、失毁利他行为；三、阻碍解脱。

壬一（异熟果堕恶趣）分三：一、真实宣说；二、彼之合理性；三、遣除诤论。

癸一、真实宣说：

首先宣讲如果舍弃菩提心，一定会堕入恶趣的。这并不是很普通的事情，你们现在不能随便认为“不要紧吧”，有些人就是这样，学了密宗以后，自己好像心里不太舒服，觉得不太适应，就把密法或大乘法舍弃了，然后进入小乘学习。原来新加坡有位法师，他首先在很多藏传佛教的上师面前接受灌顶、受菩萨戒，后来可能心情不太好或是由于其他原因，他把所有的大乘佛法都放弃了，进而改学小乘法门。当然，从世间的角度而言，信仰自由，这也没什么不可以的。但从佛教的规矩来讲，这是自己业障现前，谁也阻挡不了，如果你不愿意学藏传佛教或大乘佛法，开始要学小乘法门，那

你的一生一世，乃至生生世世都完了，没有解脱的机会了。有些人认为“我舍弃藏传佛教的大乘法，还可以学汉传佛教或南传佛教的法门”，但你只要舍弃了一法，实际上就等于舍弃了一切法，有关此理，佛陀在《摄正法经》中也讲得非常清楚。

然而，现在很多修行人都不懂这些道理，行为上也没有如理如法，其原因就在于缺乏佛教的基础知识，所以我们非常愿意推广，原因也在这里。有些人给我打电话说：“汉地有很多假出家人，藏地也有很多假活佛，你们应该制止这些人，不要让他们到处行骗。”我回答说：“制止他们是不可能的，我们也不会制止的，因为分不清楚孰真孰假。但如果把佛教的基础知识传播给大家，让人们了知善知识的法相是什么、如何依止善知识、基本的佛法怎么样求……很多人自然就不会上当了，这样才是真正的制止。”对于诸如此类的现象，以前法王在课堂上也批评过，但有时候能起到一些作用，有时候也不一定起作用。从《毗奈耶经》的公案中可以看出，释迦牟尼佛在世时也有很多搞非法行的人，这是一种自然规律，没什么可奇

怪的，有正法的地方，邪法肯定会有。

今天有个人说："我现在懂得了如何依止善知识，但经常对很多人生分别念，这怎么办？"我回答他："该生分别念的时候，应该生一点；不该生分别念的时候，就不要生。"虽然没有直接明说，但里面的涵义希望他明白。所以，你们这些大的问题一定要搞懂，佛教的有些辩论和推理不懂也不要紧，但舍弃菩提心的危害、有了菩提心的功德，对每个大乘修行人来讲是不可或缺的，如果连这些都没懂，那你以后的方向可能会有点迷茫。

若誓利众生，而不勤践履，
则为欺有情，来生何所似？

假设已在诸佛菩萨面前发誓"从现在开始，往昔您怎么样发愿，我也是这样发愿"，一边合掌，一边大声地念了三遍。但之后的所作所为却不履行诺言，那么显然已经欺骗了诸佛菩萨和一切众生，如此一来，最终的下场绝对摆脱不了恶趣。

不要说是佛教，就连世间上选总统时也特别重视誓言，总统上任之前，首先要在上帝面前发誓如何如何，今后在执政过程中也一定要

履行当初的诺言。同样，我们在佛菩萨前发菩提心也是如此，既然已经发誓要利益众生，但在实际行动中，自己有能力却没有帮助众生，也没有为众生的解脱做任何事情，甚至到了一定时候舍弃菩提心，立誓不度众生了，这种行为无疑欺骗了所有的诸佛菩萨。就像有个人对一百个人说："你们呆在这里，我等一会儿给大家带好吃的。"于是大家就一直等，结果这个人始终也没有来，最后这一百个人都会恨他，骂他是大骗子。这个范围还不是特别广，如果我们在诸佛菩萨面前，对三界六道的所有众生承诺："你们到我这里来，我给大家一个好东西，什么东西呢？暂时的人天安乐和究竟的无上佛果。"当时有神通的众生都已经听到了，没有神通的虽然听不到，但实际上你已经承诺了，有神通的非人、饿鬼都欢喜得不得了，因为一个人生起了菩提心，世间上就减少了一个坏人，增加了一位菩萨，依靠此人菩提心的力量，能给它们的身心带来无比的快乐和利益。如果承诺了却没有这样做，那最后的下场必定会堕入恶趣。

从道理上来讲，欺骗几个人、几百个人，

大家都觉得不合理，那欺骗轮回中的所有众生，结果就更不用说了。《地藏十轮经》中云："如果有人在诸佛菩萨面前发愿后，于十善业中任一善法也未做过，却自称我是真实行大乘者，则已欺骗了十方诸佛菩萨及所有众生，此人命终必堕恶趣。"《学集论》中引用《慧海请问经》也说："若于诸佛菩萨前承诺度化众生，但却没有真实去行持，那天人也会讥笑他的。"可见，假如在诸佛菩萨面前立誓要度众生，但在实际行动中不仅不度，反而发恶愿、舍弃菩提心的话，过失是相当大的。

我们的一生相当短暂，很多人上半生已经过完了，下半生能活多久也不好说，所以我再三地请求大家：在这么短的岁月里，千万千万不要舍弃菩提心！所谓的不舍菩提心，堪布根霍在讲义里也讲过，就是指内心不发恶愿"从此以后我不学大乘佛法，不度众生了"。假如没有产生这样的念头，即使你暂时没有能力度众生，也不算是破根本戒。比如我今天在路上看到一个可怜的众生，但我自己也特别累，没有办法帮助他，那我有没有破菩萨戒的根本誓言呢？没有，因为我没有发那种恶愿。如果发了

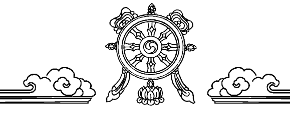
恶愿，那就很危险了。所以我们有些时候与别人产生矛盾时，千万不能想"这个人这么坏，如果有机会度他，我也不度了"。虽然这只是一个众生，但舍弃一个众生，也算舍弃了愿菩提心，这一点是比较可怕的！

当然，"一切众生我都不度了"，这种想法作为大乘佛教徒恐怕不会有，因为大家都知道舍弃菩提心的过失。但平时关系不好的人出现在面前时，自己心里暗想："这个人特别坏，经常无缘无故地害我、诽谤我，说我不好看，说我偷东西，说我吃得太多，说我太懒惰……这样的话，以后有机会我也不度他了！"这种想法也是舍菩提心。

所以，大家千万不能有这种心，一旦快要产生这种分别念了，马上要忏悔，第二天念仪轨重新受持菩萨戒，令其恢复。倘若认为菩萨戒毁坏了也无所谓，没有戒体也可以，从今以后就不用再受持了，那你将来必定堕入恶趣。

癸二、彼之合理性：

意若思布施，微少凡常物，
因悭未施予，经说堕饿鬼。
况请众生赴，无上安乐宴，

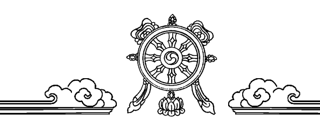


后反欺众生，云何生善趣？

如果某人心里想要将一些微不足道的东西布施给众生，后来又出尔反尔，没有进行布施，经中说这是饿鬼的因，《正法念处经》中云：“仅稍思量而未布施，则投生饿鬼，若已经立誓而未布施，则堕入众生地狱。”

平时某些有吝啬心的人，本来想给别人一样东西，但后来又舍不得了，这种果报是非常可怕的。为什么呢？因为想给的心态与不想给的吝啬相比，后者的过失相当大。《分别诸趣经》中说：“对米饭、菜蔬、树果、树根等东西，先是发愿想要布施，后由于吝啬心而反悔，此人将来必堕入饿鬼世界，感受无量的痛苦。”

因此平时要想给众生什么东西，尽量不要食言，如果口头上已经说了，就更不能不给了。佛经中宣说的奥妙因果，我们凡夫人是难以思维的，《摄正法经》中也说：“对众生所承诺的事情，纵遇生命危险也不能放弃，假如舍弃了菩提心，则在众生面前说了大妄语，过失是非常大的。”有关这方面的教言，我们也应该看一看大乘经典，佛经里所宣讲的内容，如果对照自己实际行动中的取舍因果，将会有非常大的



利益。总之，我们心里想或者口头上说，要给别人某种东西，但后来却没有给的话，佛经中说必定会堕入恶趣的。这种因果深细难测，唯有佛陀才能彻知。

既然这么做都会堕入恶趣，诚心以无上佛果与暂时安乐宴请一切有情，后来又欺骗了所有众生，怎么可能转生善趣呢？要知道，我们迎请的是一切众生，所承诺的并不是微不足道的东西，而是不可思议、极其殊胜的无上正等觉之乐。既然已发下了这种誓言，现在不但改变了主意，反而还要发恶愿，这样一来，果报自是不必待言。

因此我们平时一定要观察自己的相续，所谓的不放逸，就是要明白这些道理。然而，现在许多佛教徒非常可怜，受菩萨戒的人倒是比较多，但每次受戒之后，他们认为拿到菩萨戒本，就意味着得到了菩萨戒。其实这也不一定，关键要看我们的所作所为有没有舍弃菩提心，如果没有的话，才可以说你相续中有了菩萨戒。有了菩萨戒以后，一定要尽量地帮助众生，多少个都可以，数量没有限制。我经常想，人类中最需要帮助的是什么样的人？就是那些无依

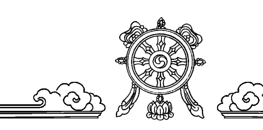
无靠的老人，我们一定要发菩提心来帮助他们；还有那些失去了读书机会的孩子，现在的世界上，没有文化就如同没有眼目一样，所以大家如果有能力，不管是经济上还是地位上，都应当竭尽全力地施以援手；另外，那些思想不健康，内心被各种贪欲、嗔恨心所控制的人，以及平时被病魔所缠、长期卧床不起的病人，也都非常可怜，我们应当尽量帮助。

除了人类以外，对于饿鬼和地狱的众生，我们应发愿给它们念一些经回向；对于旁生，看到它们遭受生命威胁时，应当慷慨解囊，依靠放生等善举，解救它们于屠刀之下。总而言之，作为发了菩提心的人，始终都不能把自己放在第一位，这是我们时时刻刻要牢记的一件大事。如果我们把自己放在第一，众生置于次要的位子上，则说明我们的菩提心并不是非常圆满，这一点大家始终应该铭记。

《学集论》中还引用了《慧海请问经》，广讲了不能舍弃菩提心的理由，你们若有法本的话，还是应该看一看。这几天我看了《学集论》以后，心里觉得非常舒服，里面引用了很多教证讲了大乘菩萨的功德、菩提心的利益，我觉

得作为修学大乘佛法的人，这些不能不知道，一定要了解其中的意义，若能如此，将对自己的后世，乃至生生世世都有极大利益。因此我们的传承上师，譬如上师如意宝，一辈子就是通过讲经说法来利益众生的，这是他老人家最重要的事业。在座的许多道友，不管你们依止了上师二十年也好，十多年也好，几年几个月也好，对这一点应该非常清楚。

作为上师如意宝的传承弟子，或者作为其他上师的传承弟子，我们内心最关键的是什么？就是要帮助众生、利益众生。这是非常重要的，其他的问题，比如宣扬自己的功德如何，现在已经开悟了，见到了前世后世，可以灌顶算命等等，这些并不是特别重要。我个人认为，现在藏传佛教在各地弘扬，这一过程中最关键的就是给众生介绍佛教的道理，其他的一些灌顶、做火供等，虽然也是密宗的一种仪式，但这不是特别的重要。只有让人们知道了佛教的基本道理，才能慢慢减少相续中的疑惑，真正明白如何取舍。因此，我们人与人之间、佛教徒与非佛教徒之间、佛教徒与佛教徒之间，应该平心静气地互相交流，互相介绍各自宗派的



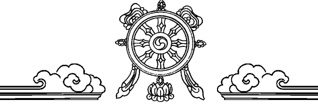
观点教义，这样一来，佛教慈悲为怀的精神、佛陀至高无上的智慧，才能为大众所彻底了解，只要是精神正常、具有公正的智慧，任何人都会接受的。

所以，你们现在当务之急就是要了解佛教的道理，不要今天跟这个上师跑，明天跟那个上师跑。当然，对我来讲，你跟多少上师跑也无所谓，你依止了多少个上师，对我也是无利无害的，但你若要对自己负责的话，最有意义的就是学习佛教的真理，对诸佛菩萨生起不退转的信心，这就是获得人身的意义。如今有些学习大乘佛法的道友，今天跑到这里，明天跑到那里，今天去朝山，明天去拜上师……当然，要去是你的自由，我也非常随喜功德，但你要明白真正有意义的是什么？假如失去了现在这种机会，以后再有没有也很难说。我这里并不是要把“西瓜”卖出去，希望自己发大财，这种想法连梦中也从来没有过。但上师如意宝对经常跑来跑去的人，也是非常讨厌的，如果欲令上师欢喜，我们就应当一心一意地学习，一门心思专注于大乘佛法上，尽力护持自相续中的菩提心，想方设法来增上它的功德，这就是

上师如意宝最欢喜的一件事。

我希望大家在学习的过程中，人应当稳重，不稳重的话，别说是大乘佛法，就连一般的世间学问也得不到。开始时听了两三天的课，过后就敷衍了事、顺便应付，这并没有多大意义。你一生中如果连一两部论典都听不圆满，那学大乘佛法只不过是形象而已！





第三十七节课

现在宣讲大乘殊胜论典《入菩萨行论》中的不放逸品。

昨天讲了舍弃菩提心的过患，此问题是从三方面来阐述的，第一方面又分三个问题，前两个已经讲完了，今天接着讲第三个。

癸三、遣除争论：

有人舍觉心，却办解脱果，
彼业不可思，知唯一切智。

以上讲了千万不能舍弃菩提心，否则必定堕入三恶趣，这时有人就提出这样一个问题：这种说法也不一定，因为从佛教的历史上看，有个别尊者虽然舍弃过菩提心，但并没有堕入恶趣，而且获得了解脱，所以这种道理不成立。

对方为什么这样说呢？因为在有关经典和论典当中，的确是有这样的公案。比如龙猛菩萨在《大智度论》中记载：舍利子曾于六十大劫中行持大乘菩萨道，一次有个非常可怜的乞丐向他索要一只眼睛，当时他发了大乘菩提心，心甘情愿地将一只眼睛挖出来给他，没想到那个乞丐不但不高兴，反而非常不满意地说：“你

的眼珠太脏了！”边说边弃于地上，用脚踩破了。见此情景，舍利子心想：既然你不需要的话，为什么让我忍受这么大痛苦而挖眼睛呢？众生实在无法满足，我连眼睛都挖给他了，他还以这种态度来对我。最后他心灰意冷，退失了菩提心。

经典中的说法与此略有不同：舍利子转生为月光国王[20]的时候，有一次魔王波旬化作婆罗门的形象，来向他索要右手。国王自断右手后，以左手递给他，那个婆罗门非常不高兴地说：“你为什么以不恭敬的态度来给我东西？[21]”当时国王心想：“我仅剩左手，不得不如此，众生怎么这样难以满足呢？”于是心生厌烦，退失了菩提心。

大家都知道，舍利子是释迦牟尼佛教法下获得了阿罗汉果位的大成就者，从他的经历来看，虽然舍弃了菩提心，但并没有堕入三恶趣，反而获得了解脱的果位。另外，由华智仁波切宣讲、堪布根霍记录的《入菩萨行论》注释中也有一个金色国王传，其中就记载了一个人舍

[20] 《释尊广传》中也有许多月光国王的公案，但并非一人。
[21] 按照印度的传统，用左手送东西是不礼貌、不恭敬的行为。

弃菩提心后，不但没有堕落，反而获得了独觉果位。由此，对方就找到一些理由反驳道：这么多的公案中，不管是舍利子也好，其他尊者也罢，都是舍弃了菩提心后还获得了解脱，如此一来，这不是与佛经中所说的“舍弃愿菩提心必定堕入恶趣”相违了吗？如果这都不相违，世间上还有什么相违的东西呢？

这时候，寂天论师站在大乘角度上来进行回答，怎么回答的呢？“彼业不可思，知唯一切智。”也就是说，这种业力不可思议，唯有遍知佛陀才能完全了知，一般的凡夫人，甚至阿罗汉和得地菩萨对这些细微甚深的因果道理也不太明白。

对此，各大论师亦有不同的解释，《普明论》和《释论》中说：“某人舍弃了菩提心，后来也能得以解脱，这说明业力不是凡人可思维的，唯一是佛陀才能了知的行境。”《入菩萨行论广释》中说道：“舍利子虽然舍弃了菩提心，但他当时没有舍弃解脱心（有些论师认为这是指出离心），所以没有堕落。”善天论师回答说：“虽然舍弃了方便的菩提心，但他后来再三地受持，所以没有破菩萨戒。”布布达论师则认为：“舍

利子舍弃了世俗菩提心，但没有舍弃胜义菩提心——无我的空性智慧，所以他没有堕落。”对布布达论师的观点，无著菩萨在《善说海》中也是非常赞同。以前上师如意宝在讲这部论典时说过：“虽然各大论师的说法各不相同，但这只不过是个人的看法而已，真正业因果的深细道理，唯有遍知佛陀才能通晓。”所以，对此甚深的因果道理，凡夫人没有必要冥思苦想，这样深深思维实际上也找不到最究竟的答案，毕竟这么多了不起的论师们都觉得这个问题非常深奥、难以答复，我们这样的人想要完全明白就更加困难了。但是在闻思的过程中，我们对这些道理，有时候也不得不分析。

在座的各位应该知道，《百业经》等经典中经常说，非常甚深的业和果之间的问题，菩萨、阿罗汉等大成就者也没有办法，唯有佛陀的智慧方能抉择。《入行论广释》中也引用了教证说明这个问题，如佛陀在佛经里说：“就像照见地下藏有黄金一样，我能照见众生相续中具有解脱的种子。”萨迦派的一位大德在他的《入菩萨行论广释》中还引用了一些例子，譬如孔雀羽毛上各种颜色的因缘，只有佛陀才能了知，以

此来叙述佛陀不可思议的智慧。

因此凡是牵涉到甚深的因果法理，依靠我们凡夫人的臆测分别念，是根本没办法获得真实意义的。月称论师在《入中论》中也说道“亦遮思维诸业果”，意思就是说，佛陀也遮止我们思维一切业果的道理。为什么呢？因为凡夫的分别念毕竟有限，不可能通彻业因果的深奥涵义。一般来讲，对最甚深、最细微的业因果问题，必须要依靠第三者“教量”作为正量，否则，仅凭凡夫的寻伺分别念来观察，始终也没办法了知究竟的甚深意义。《宝积经》中讲道：“自己遇到无法了知的对境时，应该确信佛陀的一切种智是唯一正量，佛陀的一切种智才能了知它的真理。”所以根据以上大乘经论的教义来进行分析，最后可以得出结论：舍弃菩提心也有解脱的情况，但这是非常甚深微妙的一种因果。

另外，有些论师还认为，舍利子之所以没有堕落，是因为他只是显现上舍弃了菩提心，实际上并没有舍弃。对此说法，有些藏地论师，如布敦大师等不太承认。当然，这里如果广泛引用诸大论师的观点，以前没有闻思过经论的

人不一定非常明白，但不管怎么样，我们在闻思的时候应该作一些分析、思考、判断，如果没有这样，每天只是按传统来念一下、讲一下，这样没有多大的必要。

在《入菩萨行论》的学习过程中，我再三强调了千万不能舍弃菩提心，毕竟像舍利子那样的把握，我们每个人恐怕都没有。舍利子在佛陀教下真正成就了阿罗汉果位，他的这种因缘、他的这种根基，的确不可思议。如果我们也认为：舍利子都舍弃过菩提心，我舍弃应该没有关系吧。将自己与舍利子相提并论，我觉得这样不太合理。因此大家平时应经常发愿“生生世世不舍弃菩提心”，只有具足了菩提心，自己才有成就的希望。

壬二、失毁利他行为（如果失去了菩提心，则将失毁利他的行为）：

菩萨戒堕中，此罪最严重，
因彼心若生，将损众生利。

舍弃菩提心是菩萨戒堕罪中最严重的，无论是十八种堕罪也好，四种根本罪也好，没有一个能比得上它的。我们有时候自赞毁他，或以吝啬心不给众生法施、财施，这些堕罪相对

而言虽然严重，但舍弃菩提心的果报更为可怕。为什么呢？因为如果舍弃了菩提心，产生了“我从此以后不再饶益众生，不学大乘佛法了”的恶分别念，势必直接或间接损害饶益有情的行为。

在修学的过程中，大家一定要先明白舍弃菩提心的严重后果，如果触犯了这种罪业，自己就没有解脱的希望了。《般若摄颂》中说：“纵然在千百俱胝劫中行持十善，但若最后发了欲求缘觉阿罗汉的小乘心，这种罪业远远胜过破小乘四种或八种别解脱戒的根本罪。”要知道，倘若破了比丘或沙弥的四大根本戒，将来必定堕入地狱，这一点没有任何怀疑。然而，有些人入了大乘后又舍弃菩提心，这种罪过远远超过了前者。

当然，舍弃菩提心并不是永远不理众生，如果改发小乘的心，也属于舍弃菩提心。我们有些人会不会有这样，这是我比较担心的，因为学习大乘佛法，自己比较愚痴的话，就会无意之间造下重罪。但若有智慧的话，一般来讲是不会退的，因为他知道菩提心就像如意宝一样珍贵，真正有智慧、有见识的人是不会随便

舍弃的。但那些没有智慧、孤陋寡闻或者业力深重的人，到了一定的时候，仅凭自己的感觉和分别念，认为“我不想学习大乘佛法了，现在把它全部舍弃，从此以后进入小乘，做一点小乘的慈善事业就可以了”，如果你发了这样的心，那比犯了根本戒还严重。

有些释论中还说，即使犯了小乘的根本戒，但若没有舍弃菩提心，照样能够饶益众生，做无量的功德事业。所以我们应当时时提醒自己，有生之年千万不能放弃菩提心，佛陀在《善巧方便经》中也说：“所有的堕罪中，舍弃愿菩提心的罪业最严重。”因此大家一定要注意舍弃菩提心的界限，我前面也是一而再、再而三地讲了，在修学的道路上，不管遇到什么违缘、什么困难，最根本的就是不能舍弃菩提心。即使你的生命受到了威胁，身体、财产、地位、名声等遭到了无法忍受的侵损，内心也应当明白：我以前受过菩萨戒，不管怎么样，在短暂的人生中，这个菩提心永远也不能舍。假如始终都有这样的心态，白天想晚上想，那么做梦的时候，不舍菩提心的意念自然也会出现的。我们若能在身体健康、没有什么困难的时候经常这

样想，那当你真正遇到了困难，也会想起当初的承诺和誓言的。

这种法宝和这种境界对我们来讲非常重要，可是，现在末法时代的有些人，重要的修学跟不重要的修学分不清楚。当然，在寂静地方的有些修行人，比较而言还算可以，但外面的有些居士虽然报名要学《入菩萨行论》，嘴巴上说得好听，但实际上整天都在搞接待：今天请一个上师，上师来了以后，暂时陪他住几天，上师走后，休息两天，没有上师陪实在坐不住，于是又打电话请一个上师来……现在我们学了这么长时间，在这段时间中，我估计有个别人就是专门搞接待工作的，在他们的相续中，至高无上的菩提心能不能生起来也很难说。当然，这些上师的力量不可思议，依靠他们的加持，也许不用像我们这样一步一步去学，光是一个看式、一种姿势，不要说是菩提心，大圆满最高的境界也可能会恍然大悟的。

但不管怎么样，我有时候经常想：我们在这样的环境中，很有可能遇到各种各样的违缘，那个时候自己能不能面对呢？最好提前有一些准备，每个人在后半生中，唯一的希望就是不

要舍弃菩提心。我们的身体放弃了无所谓，生命也好、财产也好，这些没有都可以，毕竟世间中盛衰无常，今天富裕的人，明天就有可能变成乞丐，这些纯属正常现象。但你上半生是大乘修学人，相续中确实接受过菩提心，下半生却变成了小乘行人或者外道徒，甚至是什么宗教信仰都没有的人，那是非常可悲的。所以学习佛法一定要明白道理，正如我昨天所讲的，西方人一般不容易进来，一旦进来以后，就很不容易退下去了。然而，当前有些人并不是这样，他进来的时候非常容易，听别人说大乘菩提心很殊胜，"真的吗？那我就来了，我要马上受菩萨戒，马上皈依，马上灌顶……"，他特别着急，也特别开心。再过了一段时间，修行好像没什么感应，或者遇到了一些违缘，他就马上放弃了。其实所谓的受菩萨戒，并不是凭想象顺便做的，应该受着因果的支配，做到当然有相当大的功德，但若违越了这个界限，也会有相当可怕的果报。这一点不管你信也好，不信也好，来世的感受会说明一切的。所以，舍弃菩提心的严重后果应该搞明白！

下面用教证、理证来宣说它的合理性。首

先是教证：

> 虽仅一刹那，障碍此福德，
> 因损有情利，恶趣报无边。

不要说长期作损害，哪怕是在非常短暂的一刹那中，制造违缘障碍了有些高僧大德、出家人或在家人发菩提心利益众生的善行，其下场也会堕入无有尽头的恶趣中感受煎熬。

这个问题表面上看来不是特别严重，但实际上确实非常可怕。为什么有这么大的过失呢？因为佛经中说，若能帮助一个众生，其功德是不可思议的。以前有位热译师（又名热罗多吉扎，意为金刚称），在他的传记中说：有一次他准备在寂静的地方长期闭关，安住于如如不动的禅定境界当中，此时本尊现身对他讲："你纵然安住在寂静的灭定中千百万劫，也不如在一个众生的相续中种下解脱种子的功德大。"得到这样的授记后，他从此以后不断云游各方，度化众生。

由此也可以看出，我们坐在寂静的地方禅修，修几十年虽然功德很大，但如果能度化众生，在一个众生的相续中播下解脱的种子，这个功德就更不可思议了。这是从正面来讲的，

从反面而言，假如一个人正在度化众生、利益众生，此时我们不但不随喜，反以嫉妒心或嗔恨心对他制造违缘，那这个过失确确实实非常大。佛经中讲过："若人抢夺南赡部洲一切众生的财产，并杀害了所有众生，这个过失非常大。但若有人对别人哪怕布施旁生一团食物的善行作障碍，后者的过失完全超越了前者的无数倍。"

所以，我们千万不能对他人的修行或弘法利生事业作障碍，人家讲经说法或是放生、建道场，这时候，我们根本不知道他相续中有没有菩提心，若以嫉妒心来制造违缘，令其利益众生的发心遭到损害，这个果报，自己无数劫中在地狱里也是无法偿还的。

有时候我看到，一个大德在某地弘法，或者办佛学院、做慈善事业，一群佛教徒由于嫉妒心而关系不和，就到政府部门去告状，使这位大德的弘法事业受到限制。假如你造违缘的对境是个发了菩提心的人，那这种所作所为的果报是非常非常可怕的。以前上师如意宝也讲过："我们根本不知道哪些是凡夫、哪些是菩萨，故应以清净心来对待一切众生。自己要精进地

行持善法，见到别人行持善法时，千万不能制造违缘障碍，而要详察自相续，断除嫉妒心和嗔恨心。”这是修行过程中务必要牢记的一件大事。

我们平时如果有弘法利生的能力，那当然是非常好的，但若实在没有能力，也最好不要给别人制造违缘。有时候我们去放生，某些人就说：“不要去放生了，放生有什么用啊？不如拿这个钱来做什么什么……”这种话真是非常可怕，要知道，业因果极其细微，虽然只是一瞬间的语言，也许就成为你在地狱中生生世世受苦的因。所以在说话的过程中，大家千万不能信口开河。当然，自己不注意而犯错，这种现象是有的，但这个也没办法。我们现在为什么要讲不放逸？就是希望大家平时小心翼翼，不管是说话也好，做事情也好，一定要看自己的言行举止会不会违越因果的标准线，如果违越了，对自己的今生来世都不利，不仅对自己不利，对所有的众生和整个佛法也不利，大家应该考虑这个问题。

按照无著菩萨和《广释》中的说法，刚才

的教证[22]是用来解释下一颂的，但大多数论师认为，这一颂是以教证说明舍弃菩提心之严重过失的合理性，下面则是用理证来说明这个道理。

毁一有情乐，自身且遭损，
况毁尽空际，有情众安乐。

为什么对他人行善制造障碍有如是大的罪过，需要堕入恶趣感受无数劫的痛苦呢？原因是这样的：我们损害一个有情的快乐，果报就相当的严重，如《正法念处经》云：“杀害一个众生，需要在一中劫当中堕入地狱。”或者说，杀害一个有情需要偿还五百次命债。损害一个众生的快乐，都要感受如是的痛苦，假如对菩萨行善制造违缘，结果将毁坏天边无际所有众生安乐的根本因——菩提心，果报堕入恶趣这一点就更不必说了。

为什么这样讲呢？因为别人发了菩提心，这颗菩提心就是一切众生安乐的源泉，如果我们对他制造违缘，说“你发菩提心没有意义，帮助众生也没有必要”，或者“你天天放生太浪

[22] “若有人抢夺南赡部洲一切众生的财产，并杀害了所有众生，这个过失当然非常大，但若有人对别人哪怕布施旁生一团食物的善行作障碍，后者的过失完全超越了前者的无数倍。”

费了，这跟把人民币扔到河里没什么差别”。他的这种说辞，没有智慧的人听来似乎言之有理，觉得“这些放生的众生过段时间也会死的，还不如用钱来做佛像等”，这样就损害了别人的菩提心。本来，真正帮助众生、救护众生，就是菩提心的一种标准，如果制造违缘损害了这颗菩提心，此人将永生永世在轮回中不得解脱。

如同别解脱戒中所说：“一个人若发心出家，有人对其制造违缘加以阻挠，此过失是相当大的[23]。”同样的道理，一个人准备发菩提心，我们去制造障碍，其果报更是无法言说。比如有人准备帮助一些可怜众生，看到乞丐想布施一点东西，旁边的人就说：“不要给！不要给！这些人讨厌得很，给什么呀？去去去……”把乞丐给撵走了，实际上也是对别人的菩提心不太赞叹。总而言之，自己没有能力的话，也不应该对别人的善行制造违缘！

[23] 《佛说出家功德经》亦云：“佛告阿难，若复有人，破坏他人出家因缘，即为劫夺无尽善财福藏，坏三十七助菩提法涅槃之因，设有欲坏出家因缘者，应观察如是之士。何以故？缘此罪业，堕地狱中，常盲无目，受极处苦。若作畜生，亦常身盲。若出饿鬼中，亦常身盲。再三恶苦，久乃得脱。若生为人，在母腹中，受胎便盲。”该经中还指出，如果破坏他人出家善因缘，不但所生常盲，且不能睹见佛之法身。《贤愚经》中也讲了阻挠他人出家，罪同毁塔的过患。

壬三、阻碍解脱：

> 故杂堕罪力，菩提心力者，
> 升沉轮回故，登地久蹉跎。

有人可能有这样的想法：菩萨戒不同于别解脱戒，受菩萨戒者即使犯了根本戒也可以重受，所以犯了菩萨戒不要紧，马上忏悔再受就可以了，这也不是特别的麻烦。

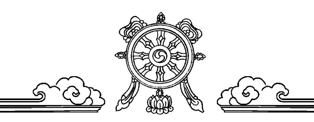
这种想法是不合理的，为什么呢？如果你犯了菩萨戒，相续就被严重的罪恶所染污，再受持菩萨戒，相续中又有了受戒的善法功德，每一次犯戒的堕罪力牵引你堕入恶趣，每一次受戒的功德牵引你上升善趣，由于堕罪与功德两种力量轮番交替起作用，结果将使你在轮回中时起时伏，别说是佛陀的果位，就连获得一地菩萨的果位也要拖延很长时间。犹如两个力气相等的人，一个往前面拉，一个往后面拉，最后自己始终也达不到目的地。

颂词中的“蹉跎”，原意是指虚度光阴、浪费时间，但此处的含义是耽误很久。有些注释里说，颂词的直接意思是说获得一地菩萨的果位要耽搁很长时间，间接也说明了佛果就更加遥不可及了。

有些人平时说:“我犯了戒也没关系，可以重新再受”、“我今天打架，明天在上师那里忏悔就行了”。做坏事和做好事轮番交替，不管你住在什么环境中，别人对你的看法也不会太好。同样，我们在轮回中又造罪业又做功德，两个互相掺杂起来，获得登地也要很长的时间。所以大家受了菩萨戒以后，最好圆满清净地守持，不要今天犯一次，明天又犯一次，这样一来，你的相续中有罪恶染污着，染污的力量也很强大，肯定得不到你向往的果位。

原来我们去五台山的时候，当时有一个小孩子（现在他已经是大法师了），他的行动特别快，爬山的时候总是遥遥领先，但他一会儿帽子掉了，一会儿别的东西又掉了，不停地爬上来又下去找，爬上来又下去找……做善事可不能像他一样，积点功德上去了，犯过失又下来了，这样始终也达不到自己的目标。因此，受了大乘菩萨戒以后，大家应当善始善终，圆满受持菩提心，这对每个修行人来讲都是非常有利益的！





第三十八节课

不放逸品中正在宣讲不舍菩提心的道理。

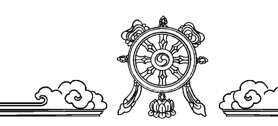
前面已经讲了受持菩提心之后，不管遇到什么样的违缘困难，都不能舍弃珍贵菩提心，应时时刻刻把它当作如意宝那样对待，用最大的力量来保护它。如果舍弃的话，这个过患是相当大的。

辛三、教诫不舍菩提心：

> 故如所立誓，我当恭敬行，
> 今后若不勉，定当趋下流。

前面讲了不能舍弃菩提心的道理，按照上面所说，我们在十方诸佛菩萨、上师面前，已经承诺了要利益一切众生、不舍菩提心的诺言，这样的发心是凭借自己的智慧观察，而不是未经观察随便发的。发下这种誓言以后，我们务必要恭敬释迦牟尼佛的教法和大乘菩萨的学处，千万不能违背自己的诺言。

大家应该清楚，不管是在修行的道路中，还是在世间的工作中，所谓的誓言千万不能舍弃，通过誓言也可以观察一个人的心地及人格。《二规教言论》中专门宣讲了誓言的重要性，



假如一个人所发的誓言非常坚固，永远也不退失，那他的修行肯定会有所成就。不管你守持别解脱戒也好、菩萨戒也好、密乘戒也好，做任何一件事情，都要看自己的誓言坚不坚固，如果誓言能坚固，修行必定会成功的。

在座听法的各位道友，前一段时间都在诸佛菩萨面前发过誓言：不管怎么样，宣讲《入菩萨行论》的期间，大家每天早上修半个小时菩提心。我看大多数人修得很不错，但有个别人现在基本上都忘光了，这说明自己的人格、行为的确不太如法。有些人不管再怎么忙，身体再怎么不好，即使出差的时候也从不间断，早上抽半个小时一直修持。有时候早上实在没有时间，中午、下午或晚上也一定补上，毕竟自己已经在诸佛菩萨面前发过誓了。由此可见，大多数人并不是没有时间，关键是自己的心力不够。

所谓的誓言，对每个修行人的确非常重要。当然，很多人刚开始的时候，我要学习什么什么论典、我在上师前发誓以后如何如何、我要身口意全部供养上师，这种话说得比较多，但真正落实到实际行动中的人就不太多了。首先

是夸夸其谈、说一大堆好话，但让他发心、让他这样继续做下去的时候，只要遇到一点小事情，原来的承诺就全退完了。所以，很多人刚开始的发心，我并不是特别的赞叹，心里想他到底是真发心还是暂时的？倘若到了最后，有些人能坚持到底，实现他的承诺，这就非常随喜了。我自己也觉得这个人的人格不错，修行肯定有希望，以后什么事情让他来做是比较放心的。修持菩提心也是同样，这段时间我虽然没有强调早上实修的事情，但我想所有的道友应该会精进修持的，因为这是我们承诺过的，承诺的就尽量不要改变，假如今天想一个，明天想一个，今天发愿一个，明天又开始退失……一生中有很多这样的经历，对自己不是很庄严，生生世世也会在阿赖耶上面种下不太好的种子。所以只要发了誓言，从此之后最好不要改变，这一点相当重要！

回到颂词上，这里是说我们发了菩提心以后，千万不能违背自己的誓言，否则定会堕落恶趣的。为什么呢？因为我们已经在诸佛菩萨面前发了这么大的愿，自己也是心甘情愿地受了菩萨戒，如果没有精进行持六度万行、守持

菩萨戒，结果必定会堕下去的。比如说我们首先发了菩提心，然后又去杀生造恶业，违背了菩萨的学处，舍弃了愿菩提心和行菩提心，这样就会堕入旁生中，然后是饿鬼，再后就是地狱，一直往下沉。正如《中观四百论》中所讲，凡夫人造的恶业比较严重，以此随业流转，多半会堕于恶趣[24]。昨前天我也再三地讲了，在今生当中，我们不管遇到什么困难，每个人都要保护一个如意宝，是什么呢？就是我们在诸佛菩萨面前承诺的利益一切众生的愿行菩提心。宁可舍弃身体生命，也不能舍弃这颗珍贵的菩提心，这是相当重要的！

现在依靠善知识，我们对佛法生起了一定的信心，在具足如是顺缘的前提下，一定要精进修持，否则以后真正堕下去了，什么时候才会获得解脱呢？月称论师在《入中论》中云："若时自在住顺处，设此不能自摄持，堕落险处随他转，后以何因从彼出？"意思就是说，现在一切顺缘全部具足，倘若不能以正知正念来摄持身心，一旦堕落到地狱、饿鬼、旁生当

[24] 颂云："由于诸人类，多持不善品，以是诸异生，多堕于恶趣。"

中，那时又将依靠什么因缘再从彼处获得解脱呢？以前上师如意宝教诫弟子的时候，也经常引用这个殊胜的教言。记得大经堂刚启用的第一天，上师如意宝就对大家要求道："我们这样的人身来之不易，既然得到了，又具足了善知识和自身的种种因缘，倘若没有下工夫认真修学，世间上再也没有比这更遗憾的事了！"

因此作为一个修行人，我们务必要把握现在的这种机会，不然的话，以后自己真的变成牦牛或其它众生，那时候再怎么聪明，也行持不了最基本的善法，即使念一句观音心咒也是不可能的。

有些人可能想："我现在造恶业不要紧吧，诸佛菩萨和上师的加持不可思议，他们的力量也非常奇妙，依靠他们的力量及不共发心，我不至于变成那样吧。"实际上，如果没有一定的善根因缘，纵然诸佛菩萨来到你面前也是爱莫能助的。下面就宣讲这个问题：

饶益众有情，无量佛已逝，
然我因昔过，未得佛化育。

我们不能把未来的解脱成就完全寄托在某个上师或某个圣者身上，这样会耽误自己的修

行，结果也不一定获得解脱。当然，这并不是说诸佛菩萨没有加持力，而是众生的因缘若不具足的话，即使他的大悲心再怎么强烈，也是望尘莫及的。藏地历来有一种说法："自己若没有信心的环，大悲的铁钩也无法勾招。"如果我们对佛法没有真实的信心，即便诸佛菩萨具有大慈大悲、无碍的智慧，也是不能获得救度的。

为什么这样说呢？因为往昔曾有无数的如来来到这个世界转法轮，以大悲心赐予众生暂时和究竟的利益，但我们这些可怜的众生，由于愚昧无知、蛮横粗野的缘故，一直未能成为他们所度化的对境。

这一点大家也应该清楚，过去有许多的光明劫[25]，就我们这一劫来讲，释迦牟尼佛之前有三大佛陀出世，释迦牟尼佛之后，也有龙猛菩萨、无著菩萨等印藏汉无数的高僧大德及诸佛菩萨的化身来到世间，为无量有缘众生传授妙法，令他们依此而获得解脱。可是我们在座的人，除了有些可能是诸佛菩萨的化现以外，像我这样的凡夫都没有得到这些佛菩萨的教化，

[25] 光明劫：又叫明劫，指圆满如来正等觉出世之劫，佛陀没有现身于世的劫，称为暗劫。



为什么呢？因为自己以前所造的业非常严重，佛菩萨的慈悲心再怎么强烈，也没办法让我们解脱。

所以你们千万不能想："我现在造恶业、不行持善法也不要紧，因为我的上师非常了不起，他是个大成就者，我临死时求他老人家三声，他马上会来到我的面前，接引我往生极乐世界或其他清净刹土的。"当然，有这种信心也精神可嘉，但真正懂佛理的人都知道，这是有一定困难的。智悲光尊者曾说："现在一些罪业深重的人，临死时把希望全部寄托在上师身上，死后将所有的财产、牛马全都供养给上师，如果是获得十地自在的大菩萨就不说了，但像我这样的人根本没有办法让他解脱。"华智仁波切在《前行》中也讲过："所谓的解脱，并不是依靠上师的大悲和加持，就像扔石头一样把你扔到极乐世界，而是依靠自己的努力，加上上师为你开示解脱道，这两个因缘一旦聚合，你才有解脱的希望。"大家有时候也应该想想，如果自己特别恶劣，环境再怎么好也是没有用的。就像释迦牟尼佛那样的善知识，世界上没有任何众生能与他相提并论，但在他的身边，当年也

有善星比丘、提婆达多等持邪见者，他们或堕入饿鬼，或堕入地狱，就连佛陀都没有办法度化，其他圣者更不用说了。

因此，诸佛菩萨调化众生，应该有一种因缘。什么样的因缘呢？首先你要对诸佛菩萨有信心，有一种想获得解脱的向往，然后依靠诸佛菩萨的教言，自己务必要行持。如果没有这样，佛陀也是没办法调化的。佛陀在经中说："犹如太阳升，成熟莲花启，如是佛出世，唯度有缘众。"意思就是太阳升起来的时候，唯有成熟的莲花才能开启，同样的道理，佛陀出世的时候，也是有缘的众生才能得度。《现观庄严论》中讲道："如天虽降雨，种坏不发芽；诸佛虽出世，无根不获善。"这几天比较干旱，梵天、帝释天非常慈悲地给我们降下甘露，打雷闪电（讲课时正值电闪雷鸣），但有些种子如果已经坏掉了，则根本不可能产生苗芽。同样，尽管诸佛已经出世了，但没有根基、没有信心的众生也得不到善妙的解脱果。

因此，有些人如果想"佛是大慈大悲的，应该会接引我到清净刹土"，那一定要有一种因缘，也就是对解脱的希求和向往，若没有这样

的希求心，平白无故想得解脱是不可能的。所以在座的各位法师、各位信众，我们现在获得了这么好的人身，就千万不要白白浪费，假如没有好好地珍惜，以后这种机会是很难复得的。

有人心想："现在的诸佛不能度化我，但未来的佛陀可能会度我吧。"这种想法也是错误的，颂词中是这样讲的：

若今依旧犯，如是将反复，
恶趣中领受，病缚剖割苦。

有些人认为："我继续造罪没有关系，以后还会有解脱的机会。"这种想法也是大错特错的。倘若仍一如既往地造恶业，比如非常放逸地杀生、没有守持菩萨戒等等，下场必将是反反复复地堕入恶趣，苦不堪言。纵然侥幸获得了善趣，也是感受一些刑罚、遭受病魔缠身、受到束缚、被兵器砍剖身体等苦痛。

这种悲惨的下场，不要说亲眼看到、亲身感受，仅仅是听到描述的语言，也会令人非常害怕、毛骨悚然的。所以我们千万不能舍弃菩提心，一定要好好地护持，这种机会在生生世世中也很难得。未来将会有无量的佛陀，不说别的，贤劫中还有 996 尊佛将出世转法轮，但

我们如果仍这样造恶业，再多的佛陀宣说正法妙道，我们在他的教法下也不可能得到度化的。

在这个教法中，即使我们没有解脱，最好能结上一个善缘，毕竟这种机会是千载难逢的。我经常都想：现在若没有好好行持佛法，死后什么时候再得人身也很难说，假如没有获得人身，解脱永远也没有希望了。就像一个孩子在学生时代若没有读书，长大以后，再怎么样也是没有机会读书的。我们如今正好有条件行持善法，南赡部洲又是所谓的业地，造什么业会很快成熟的，所以若能好好把握，利根者即生就有解脱的机会，假使即生没有解脱，发殊胜的善愿也很重要。正如佛在经中所说，菩萨的十万大愿均可包括在一个愿当中，什么愿呢？就是"我要生生世世受持正法"。我们的人身什么时候灭尽，谁也不敢肯定，明天死、后天死，或者再过几年、几十年后死，都没有一个定准，因此大家应该在心情好、身体好的时候，于诸佛菩萨面前虔心发一些誓愿："愿我生生世世行持如来教法。"这一点非常重要！

《学集论》中讲道：行持善法、修持菩提心的功德非常大，故应以宣讲功德的方式来让

众生心生欢喜而受持菩萨戒。同时还引用了《寂灭决定神变经》的教证说："在恒河沙数的世界中，对恒河沙数的如来供养恒河沙数的珍宝，此功德不可思议。但若有人听闻大乘菩提心的功德后，心坎深处生起想要修学的心，虽然还没有开始修持，功德也远远超过前者。"所以我们听到菩提心的功德以后，一定要发愿好好修持，即使后来由于特别忙，早上打瞌睡，没有修成；有些人背诵，没有修成；有些人因为这个事、那个事而没有修成。但如果你发了这个愿，与供养诸佛菩萨的功德比起来，还是发愿的功德大。

这一点并不是凭我的分别念来宣说的，而是寂天菩萨在《学集论》中的金刚语。我希望你们有条件的话，还是看一下《学集论》。这几天我一直都在看，有时候心里特别舒服，只不过事情比较多而已。如果事情不太多，静下心来学习这些大乘佛法，虽然知道自己非常差，烦恼、业力都很深重，心不堪能，琐事也多，经常谴责自己不像一个修行人，但看了这些大乘经论的教证，里面讲到了很多菩提心的功德、修学大乘的功德，确实感到自己的缘分特别好。

《学集论》中还宣讲了护持学处的一些功德，如《等持王经》中说："在恒河沙数劫中，于诸佛菩萨面前供养幢幡、饮食、灯鬘等的功德非常大，但若于佛教接近毁灭的末法时代，于一日中护持一个学处（居士戒、八关斋戒、比丘戒、沙弥戒均可），功德远远超过前者。"所以大家在学习这部论典的同时，一方面应该好好地发愿，另一方面，则应根据自己的能力守持一些戒律。如果你是在家人，就守持在家的居士戒，如果你是出家人，就守一些出家戒，有生之年若能尽心尽力地护持，这个功德确确实实不可思议！

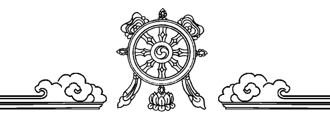
前段时间从重庆来了一位知识分子，他来到学院就是要在这里受三皈五戒。平时他的工作非常忙，以前对佛教有一些粗浅的认识，但去了趟印度以后，应该是由于圣地的加持吧，自己相续中的信心开始萌芽，到这里也产生了一定的信心，最后决定受三皈五戒。他在回去的时候说："从此以后，我决不会舍弃自己的誓言，从今天开始，我的人生应该有个转变，我的命运应该要扭转！"尽管这只是一两句话，但从他的言行举止来看，我觉得他应该会变成一

个很好的修行人。

所以我希望大家，尤其是在家人，在纷繁复杂的生活中，虽然以前也行持过善法，但做得可能并不是特别如法，从今天起，你们可不可以把生活重新调整改变一下？如果能的话，确实对你的来世，乃至生生世世都有重大的意义。

行持善法是最值得赞叹的，当然，实在不能行持的话，也千万不要听从恶友的挑唆："行持善法没有意义啊，你造恶业吧，跟我一起开海鲜馆……"现在的世间上，造恶业的范围非常广，造善业的范围非常渺小。以前我看过一张报纸，上面用了大篇幅叙述吃鱼的功德，说这对身体怎么好，能令智慧增上等等，整张报纸几乎都在讲这个。而造善事的篇幅，在最下角一个小小的地方，说是在什么地方做白内障手术，需要仁人义士进行捐款。因此现在世界上，造恶业的方法多，范围广，邪师也非常多；造善业的范围很小，发心力量薄弱，引导的人也非常少。在这样的环境中，不随他人转，自立修行确实有一定的困难！

以上宣讲了不能舍弃菩提心的道理，下面



是讲思维暇满难得的人身而不放逸。

庚二（谨慎所依暇满）分三：一、暇满难得；二、未得之过患；三、得后不勤而舍。

辛一、暇满难得：

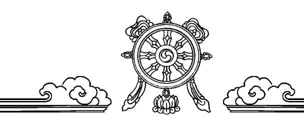
如值佛出世，为人信佛法，
宜修善稀有，何日复得此？

（外面雷声隆隆、苍鸣阵阵，上师笑曰："夏天藏地的龙声很好听，是吧？"）

无论值佛出世、获得人身、信仰佛法，还是修持善法都非常稀有难得，以后什么时候再有这样的机会也说不清楚。所以我们现在获得了这样的人身，一定要利用起来。

"值佛出世"：是他圆满中的一种，以此代表五种他圆满，说明其他的四种圆满我们也具足。佛陀出生，根据经典中所讲，犹如昙花现于世间一样难得，但是现在释迦牟尼佛确确实实已经来过人间，他所转的法轮——佛法也没有隐没，我们能遇到这样的机会，的确是相当困难。

"为人"、"信佛法"：都属于自圆满，以此代表其他的自圆满也全部具足。一些教言书里面讲，从比喻、因缘、特法等各方面来思维，



获得人身是相当相当困难的。而我们即生当中，不但获得了人身，大多数人还成为珍宝人身[26]，对佛教具有一定的信心，这就更是难上加难了。如今的世间上，获得人身并真实信仰佛教的人不是特别多，从周围的人也可以看出，他们大多属于佛教的荒凉地带，真正能培养出正知正见的人是相当少的。大家也应该清楚，佛教分为地界中土[27]和佛法中土[28]，通过这种划分即可清楚，对佛陀生起信心的人，世界上是少之又少的。

现在我们转为人身，远离八无暇处，获得八种闲暇，具足了十八种暇满，这样的人身在当今世界上非常难觅，所以你们内心应当数数欢喜。记得上师如意宝在课堂上也讲过，他老人家年轻于石渠求学时，经常不由自主地想："我现在遇到了这么好的上师，又获得了如是暇满的人身，这到底是不是做梦啊？"每每想起来就特别高兴，尤其到了夜深人静的时候，

[26] 珍宝人身：《心性休息大车疏》中说，通过听闻善妙法门、思维其义、相应安住而调伏自相续，尔后劝勉他人行持善法，若自己如是精进闻思修，劝人行善，则无论是在家身份还是出家形象，都称为珍宝人身。

[27] 地界中土：以金刚座为主印度圣地的所有城市。

[28] 佛法中土：指佛教正法所在地。无有佛法的地方称为边地。

觉得这种幸福难以言表，心中情不自禁地生起极大的信心和欢喜心。

对行持佛法有一种欢喜心，这是非常重要的。现在有些佛教徒，觉得自己遇到上师和正法，这种机会好不容易得到，就像盲人抓到了大象尾巴一样，怎么样也不放手，生怕一放就找不到了，所以一直紧紧地抓着。应该要这样！

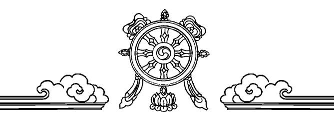
释迦牟尼佛在《趣入慈氏经》中说过四种难得："获得人身极为难得，值遇佛法极为难得，对佛教生起信心极为难得，自相续生起菩提心极为难得。"后三种对我们人身来讲是极为难得的，得到以后千万不能放逸而舍弃。

获得人身后，遇到佛法不容易，你们不要认为自己"偶尔"见到什么上师，"偶尔"看了一本《金刚经》后，就与佛教结下了不解之缘。原来我们写《智海浪花》的时候，好多人说是因为偶尔的机会怎样怎样，但我想这并不是一种偶尔，而是自己千百万劫所积累的善根。但很多人都不知道，他们就觉得"我当时运气很好，碰到了某某上师"，许多人跟我说："我的运气特别好，碰到您以后就皈依佛教了。"其实这并不是碰巧，如果是的话，你可以承认是"偶

尔”，但通过教证和理证来分析，这确实是一种非常殊胜的因缘。

得到人身、值遇佛法以后，还要对佛法生起信心，自相续中生起菩提心，这就是佛经里讲的四种难得。我们大多数人现在应该是具足的。有些人说：“现在工作不好找，得到了这份工作非常难得，一定要好好珍惜。”实际上工作并不是特别难找，即使没有工作，在街上当乞丐也是很快乐的。但若没有遇到佛法，没有遇到解脱道，永远都沉溺在轮回的苦海当中，那真是非常的可怜！

我们作为一个人，首先应该知道自己的人身来之不易，若有了这样的难得之心，每天肯定不会懈怠散乱、随便放逸，而会抓紧时间精进修持的。有些道友好像精进不太够，这主要是因为自己的信心跟不上。当然，有信心没有智慧也是不行的，智慧和信心应该相辅相成。我看外面有些人由于没有智慧，平常特别盲目，什么神仙、精怪都要去拜，这完全是一种迷信，不太好。有智慧没有信心的话，虽然懂一些佛教道理，自己也是很聪明，但佛陀真正的加持和功德却不一定能得到。



其实，所谓的人类，最主要的特点就是要了知前世后世，其他表面上的能力，比如你电脑用得特别好，数学算得特别好，也不一定是非常聪明，有时候旁生也可以做到。德国有个数学家叫冯斯登，他养了一匹汉斯马，算数非常好，被称之为“世间上最聪明的动物”；日本京都大学培养了一只猩猩，名字叫做艾，它也擅长算术，非常聪明；还听说澳大利亚有一种非常聪明的鸟，雄鸟为了讨雌鸟的欢喜，将自己的窝摆设得十分漂亮，用贝壳、鲜花装点得整整齐齐。我们有些人也是这样，把房子装修得特别漂亮，头发也染得五颜六色，红色、黄色、白色，什么颜色都有，可能是众生的业力吧，有些人认为红头发好看，有些人认为白头发好看，不管怎么样，你表面上再会打扮装饰，也不一定是非常聪明。真正聪明的人，承认人有前后世、业因果永远也不会虚耗，这才是跟旁生的本质差别。要知道，旁生再聪明也不会明白这些道理，如果你养了一只鹦鹉，它很会说话，你跟它讲“鹦鹉啊，你已经转生到旁生中了，你是有来世的……”，它再怎么样也听不懂。

其实，我们终究要死亡的，今生的智慧和身体难免会消失，并没有多大意义，最有意义的是什么？就是对自己的来世做一点准备。既然已得到了这么难得的人身，就应该百般珍惜，依靠它来行持善法，不要造恶业害国家、害社会、害众生。要知道，每个众生都希望自己离苦得乐，我们将心比心来对待别人，这才叫做聪明的人、有智慧的人、贤惠的人……因此作为修行人，一定要掌握大乘佛法的这些最根本问题！





第三十九节课

昨天已经讲了暇满难得，今天继续宣说未得暇满人身的过患。

我们的暇满人身确实非常难得，不管从闲暇还是圆满来进行观察，凡是有智慧的人都会感觉到，得人身并不是那么容易。有些人这样想：“不要紧吧，反正我已经得到了人身，修法可以慢慢来。”尤其是有些在家人，动不动就认为“再过几十年后，我退休了再好好学法出家”、“等孩子读书、成家、找工作以后，我再修持”、“把生意做完以后，或者把这件事情做圆满后，我才开始发菩提心、受菩萨戒”……很多人都把自己的修行一直往后拖，实际上这种想法是错误的，为什么呢？因为我们做任何一件事情，首先都是做最重要的，不太重要的后面做，这是稍有智慧的人最明智的选择。可是现在很多人却恰恰相反，最重要的学法修行全部拖到后头，而没有意义的世间八法、各种琐事当下就做，这一点从当今社会上也可以看得出来。所以有时候我觉得出家人真的不错，非常伟大，为什么呢？因为出家人的所有事情当中，学佛

始终是放在第一位，不管你刚开始出家的动机是什么，现在除了修学佛法以外，一般来说，将世间法放在第一、佛法放在其次，这种想法基本上是没有的，因为世间上很多的约束和牵引差不多都断掉了，从这个角度来讲，我觉得释迦牟尼佛的后学者非常了不起。

在家人也许是由于前世的业力吧，再加上今生的发心，很多事情都看得比较重，不能放下。有些人对财物放不下，有些人对感情放不下，有些人对家庭父母放不下，这样一来，自己的学佛一直往后拖，始终也不能成功。

所以在获得人身的时候，每个人应该总结自己以往的经历，考虑未来的前途。世间上的大多数人，短暂的人生几十年都在考虑，如“我老了以后，吃饭怎么办，住处怎么办”，可是将主要精力放在考虑“下辈子怎么办”这方面上的人，世间上又有多少呢？你们也可以看一看。要知道，所谓的学佛并不是光看别人的过失，而是应该扪心自问，看看自己每天都在想什么？与凡夫比起来，高僧大德的行径完全不同，以前上师如意宝经常在课堂上讲：“对我而言，来世和今生比较起来，我把主要的精力放在来

世的准备上。”可我们后学者是不是这样？大家也可以总结一下。当然，作为出家人，这方面算是好一点，闻思、念经等也有一定的时间，而很多在家人，自己在生活上没有自由，有种种条件的约束。因此我想提醒大家：短暂的几十年很重要呢？还是生生世世很重要？有智慧的人不得不考虑这个问题。

有些人会想："获得人身以后，我慢慢学法没什么关系吧。"这种想法也不对。我们这个人身若能永久地留存世间倒是可以，但实际上并非如此，人的寿命只有几十年，非常短暂，所以作者在这方面作了一些开示：

纵似今无病，足食无损伤，
然寿刹那欺，身犹须臾质。

我们有幸得到暇满人身后，纵然现在没有什么疾病，吃穿样样齐全，人和非人也没有制造违缘，可是人的寿命刹那无常，身体犹如借用品一样，只是一种暂时的物质，千万不要认为"我以后再学佛，我以后再修行……"，应当想出家就立即出家，想学法就立即学法，不能一直拖下去。如果你一拖再拖，最后的修行机会被业风吹走了，那是非常可惜的。因此，一

旦有了出离心和菩提心，就要把握当下。

有些人可能这样想："我现在的身体非常健康，没有任何疾病，生活丰衣足食，工作非常顺利，远离各种各样的损害，在如此快乐的时候，怎么会马上死亡呢？不可能有这种情况的。所以慢慢来，以后我再修行。"假如你有这种拖延的心态，完全是一种邪见，必须要马上断除，否则，它会令我们的修行始终无法成功。

所谓的生命，按照《俱舍论》的观点，就是同类连续不断地存在，比如我是人，那我在人道这一同类中一直存在的相续，就是我的生命。要知道，生命并不是极其稳固的东西，佛陀在佛经中说，它就像过山的瀑布水一样，一刹那也不会停留。不管是看我们自己还是看别人，所谓的生命都相当无常，尤其是在坐车时可以明显感觉到，前一刹那自己活在人间，后一刹那就可能赶赴中阴界了。大家也都清楚，现在的科技比较发达，各种交通工具非常众多，一方面它能给人们带来许多便利，但另一方面，每年因交通事故而死亡的人数，全球大概有 50 多万人，中国也有 10 万多人，平均每天就有 600 多人。如果你说"今天这 600 多人中，肯定没

有我”，谁也没有这个把握。尤其是大城市里的人，坐车的现象比较频繁，如果是这样的话，前一刹那你活在人间，后一刹那变成中阴身，这是完全有可能的。所以不管是乘车也好，走路也好，疾病爆发也好，一旦死主降临，你马上就会离开人世的。

前段时间我们几个同学和老师聚会，当时我们班只有两个出家人，有一个老师说：“再过二十年，我身边的两位大师肯定会健在的，我感觉我也是健在的。”当然，也有这种可能性，不敢说没有，但另一方面，我觉得他虽然是我们的老师，但对无常观得不太好，这个“肯定”健在，是肯定“肯定”不下来的。我们在座的人也是这样，不要说再过十年，即使是明年的今天，“我一定会活着”的理由，从哪方面来讲也是绝对找不到的。既然如此，人的生命确实没有可靠性！

如今很多人在道理上明白总有一天会死的，但真正在心里面忆念无常，这个时间是相当短的。忙忙碌碌的工作生活之余，回过头来想想“一切都是无常的，我会不会死啊”，这种次数可谓少之又少。然而，在山谷里学大乘佛

法的修行人，他们始终都在观修无常，经常思维自己马上就会死，所以除了修行以外，对未来的打算、对世间的琐事并没有多大兴趣。因此高僧大德们一直提倡修无常，最关键的原因也在这里。

现在，各班的法师正在宣讲《大圆满心性休息大车疏》，在此我想提醒大家，你们方便的时候一定要修。所谓的佛法，如果没有修的话，嘴巴上再怎么会说，到时候也是没有用的。表面上看来，无常的道理谁都能说出一些，但你如果没有修的话，心里一点概念都没有，就像《华严经》里比喻的那样，聋子给别人放音乐，但他自己从来都是听不到的。所以，只会给别人讲是没有用的，大家在学习之余，一定要将《心性休息大车疏》的每一个引导每天好好思维一下，不管是寿命无常还是人身难得，口头上我说得来，你们也说得来，可是真正在实际行动中有没有体会到？大家不妨观察一下。如果你确实认为一切都是刹那的，现在要马上精进修行，不然寿命这么无常、人身这么难得，明天离开了人间怎么办？若随时都以这种心态督促自己修行，为来世做好充分的准备，那临

死时肯定不会后悔的。

所以下半年学《大车疏》的时候，实修法中的每一个引导，你们可不可以看一下或想一想？每天若能修一个引导的话，这样慢慢修下去，对你真的会有很大的收益。有些修行人在修密宗或菩提心的过程中，一般不会出什么事情，原因是什么？就是基础打得好。如果没有打好基础，一开始就修风脉明点、高攀大圆满等最高的法要，以后很可能会出一些问题。

我认为菩提心和寿命无常、人身难得这些道理没什么不会修的，你们一定要修，修行要靠自己，别人再怎么劝，自己没有自觉性的话，恐怕也是不行的。你们若能在早上、中午或晚上安排一个时间，每天稍微修一点这些殊胜的法门，一方面你的修行绝对不会出问题，另一方面，到了一定的时候，你回顾自己的人生，就会发现："噢，原来是因为我加行的基础打好了，所以现在的见解很稳固，不管是对三宝的信心，还是修行的境界，都如此的圆满。"

颂词首先告诉我们：寿命一刹那也不可信赖，完全是欺惑性的，没有任何理由相信它会恒常存在。今天我们睡下去，明天早上就死掉

了，这种现象是非常多的。所以大家应时时刻刻有一种无常观"我明天死了怎么办？"、"我今晚上死了怎么办？"，若能如此，修行自然而然会好的。那时就算看到兴盛圆满美好的世间事物，也会像胆病患者看到油腻食物一样，不会有太大的兴趣。

颂词又接着说，我们的身体也是一种借用品（"须臾质"在藏文原颂中是指暂时借用的物品），自己无权支配。比如别人暂时借给我一样东西，他什么时候要收回去，我根本无法决定，没有权利说"你不能带走"。同样的道理，我们的生命，死主阎罗君什么时候带走，谁都没有把握，也许在明年的今天，我已经被死主阎罗君带走了，这个身体送到尸陀林，肠子内脏全部给老鹰吃掉，乌鸦等飞禽啄食着我的眼珠……所以我们的身体并不是永恒存在的，现在很多人成天忙忙碌碌只是为了短暂的人生，又有多少是为了来世而修行呢？如果真的为了修行而忙碌，怎么样也是值得的，为了众生的利益、为了自己的解脱，再忙也是非常有意义的。

当然，我们作为出家人，跟在家人的看法和价值观不一定相同，如果有人觉得我说得太

过分，希望你们能谅解，但我认为出家人对此应该是有同感的。一般来讲，我们短暂的人身中为了来世、为了众生，发一个非常殊胜的心、做一些比较好的事，这应该是每个人的心声。所以希望你们在短暂的人生中，一定要有个修行目标，如果什么目标都没有，那就跟疯子没什么差别了。倘若自己在短暂的一生中，已经发了菩提心，做了一些比较有意义的事情，就算明天死也是可以的，跟其他人比起来，自己这一生也是有意义了。因此大家应该有这样一种打算，这是我的一个希望！

下面讲没有获得人身的过患。

辛二（未得之过患）分二：一、真实宣说；二、彼之依据。

壬一（真实宣说）分二：一、堕恶趣不行善法；二、不得善趣。

癸一、堕恶趣不行善法：

> 凭吾此行素，复难得人身，
> 若不得人身，徒恶乏善行。

现在有些人的所作所为，若用因果的标准来衡量，后世获得人身是非常困难的，假设没有得到人身，则必定是堕入恶趣，那时候有没

有行持善法的机会呢？决定是没有的。对此我们一定要慎重考虑。

生活在滚滚红尘中的人，每天都在熙熙攘攘的人群里忙来忙去、滚来滚去，有些人搞生意，有些人为了获得财产，有些人搞一些世间八法，如果仔细地观察，他们每天二十四小时的行为当中，行持善法方面用了多少，行持恶法方面用了多少呢？有些人尽管前半生造的恶业比较严重，但现在已经扭转过来了，重新有了一个人生的转折点，如果能行持善法的话，来世肯定有解脱的机会，即使没有解脱，也不会堕入三恶趣的。相反，如果没有这样，每天都在杀生、邪淫、说妄语、吃海鲜，一直没完没了的，心里产生的都是恶念，从来也不行持善法，以这样的行为，不要说获得三解脱的果位（声闻、缘觉、佛果），就连善趣的人身也是没有把握的。来世倘若堕入恶趣，不管是哪一个恶趣都非常痛苦。

在三恶趣当中，旁生算是不错的，但如果你变成了旁生，有没有行持善法的机会呢？绝对是没有的。平时我们也能看见一些牦牛或是骆驼，它们每天有意无意间所造的恶业非常多，

而行持善法的机会几乎都没有。从佛经中的公案也可以看出，由于行持恶法的人比较多，堕落的众生不可胜数。当年释迦牟尼佛在世时，有一次被迎请到龙宫去应供，当时龙王问佛陀："我刚在龙宫中降生时，这里的龙类非常少，但现在多得都快容纳不下了(好像我们以前的经堂一样，人太多了，都挤不下了)，这是什么原因呢？"佛陀答曰："以往众生的善根很好，没有造很多恶业，但现在造恶业的人越来越多（佛陀在世时也有这种情况），他们死后堕入恶趣，转生龙类的众生也就越来越多了。"大家也知道，龙类属于恶趣众生，由于下堕的众生越来越多，因此龙宫都快装不下，马上需要维修。开玩笑！所以，没有获得人身的话，一定会堕入恶趣，那时就连行持善法的机会都没有。各位也非常清楚，在六道众生的身份中，我们人道是最好不过的，《致弟子书》中说："三菩提的根本就是人身，修道也好、度众生也好，人身是最为殊胜的，除此以外，天人、非天、夜叉、龙类等众生无法堪为解脱道的真实所依。"

我们现在转生于人间，应该说是非常好的一个机会，这并不是口头上说说，你们在空无

一人的时候，可以闭目思维一下。我自己也是这样的，在没有任何人的时候，关着门心里想，有时候感觉非常好。今生已经遇到了这么好的佛法，虽然惭愧的是修行时间太短了，但不管怎么样，我这一辈子没有空耗，跟我同年的人和原来一起读书的人比起来，我选择了这种道路，将近二十年中从没有生过后悔心，没有羡慕过世人所谓的幸福和快乐。记得刚开始我出家时，有时候也想过"他们的世间生活可能很美啊"，但是"我的选择错了"这种念头从来没有产生过。直到现在，一看见在家人，好像从来没有觉得"他们的生活很美啊，我拥有这样的生活多好啊"。可能是三宝的加持吧，我确实觉得人身非常难得，这样难得的人身用在修行方面是最好不过的了。当然，如果你们有出家的因缘，最好以出家的身份来修行，如果实在没有的话，以在家的身份修持佛法，无论在西方还是东方，也都是非常好的一种选择。

当然，上至政府官员，下至条件不太好的农民牧民，任何人都可以修行，关键是要靠自己。假如你是一个很好的修行人，那你的生活是可以调整的。以前我接触过一个属于别人的

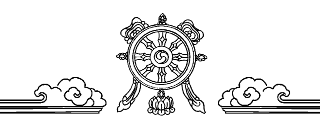
奴仆，他一点自由都没有，始终在别人的控制之下，每天要上班10个小时，尽管身份比较特殊，但他心里非常虔诚，一直想学佛法，经常默默念一些咒语，抽空看一点书。所以，凡是作为一个人，我觉得关键要看自己，如果自己的心比较堪能，那不管环境怎么样，这个人身都可以成为解脱道的所依。

我们今世没有转为旁生，也没有生到偏僻的地方去，很荣幸听到了佛的名号，又皈依了佛门，如果大家再不珍惜这种机会，以后千百万劫中也是不好得的。倘若没有得到人身而流转于三恶趣中，那就没什么可想的了，行持善法根本是痴人说梦。前段时间我也再三地讲了，无论是怎样聪明的动物，最多只能做一点片面的善事，比如海豚救人，世间上有很多精彩的故事，但让它们真正生起出离心、菩提心，成为解脱因缘的法器，除非像《释迦牟尼佛广传》里所讲的佛陀化身为骏马，或文殊菩萨化身为某些旁生等，否则是相当困难的。当然，我们能接触到的就是旁生，除此以外的饿鬼和地狱，虽然我们看不见，但如果真的转生到那里，不要说修法，就连生活的自在也是没有的。

大家不要认为这是一种夸大其辞的说法，要知道，佛教中的每个道理若用教证理证来观察，都是可以一一证实的。如果你们仍有怀疑，我今天也想了，因明讲完后可能要讲一下《释量论》的第二品，那里面主要将释迦牟尼佛成立为量士夫，通过学习，大家应该会对释迦牟尼佛生起更大的信心，若对佛陀百分之百信任的话，佛陀所说的一切甚深道理，每个人都会深信不疑的。所以，大家首先应对佛法有信心，然后应对现在获得人身、修持佛法感到高兴，不要天天都用一种小气的心态："我现在虽然学佛了、出家了，但很多人都反对，是不是我搞错了呢？实在不行的话，过段时间我就不学了，还是跟他们回去吧。"不能这样想！无论遇到什么样的困难，自己的信心和见解也不能退。

有些人平时的小事、说话可以随顺别人，觉得这样也没什么，可是一遇到关键性问题，马上就像司机在紧急时刻刹车那样，不管别人怎么说，也不会改变自己的决定。所以，我们修行人关键的时候也不要忘记刹车，不然翻车就完了！

如具行善缘，而我未为善，



恶趣众苦愚，彼时复何为？

现在具有行持善法的缘分，此时若没有如理如法地精进行持，后世肯定被三恶趣的痛苦所折磨、愚笨透顶，到那时我该怎么办呢？一点办法都没有，非常可怜。

有些人认为："我现在买不起房子怎么办啊？"、"我今天在路上绊倒了怎么办啊？"、"我下货时碰到了头怎么办啊？"其实这些小事情应该是有办法的，可我们一旦堕入三恶趣当中，那时候倒是无计可施，非常的可怕。如今，暇满难得的人身我们都得到了，难以值遇的善知识和正法也已经遇到了，尤其还身处佛教兴盛的中土，在这样方方面面因缘具足的情况下，倘若没有好好地行持善法，经常放逸散乱懈怠的话，珍贵的几十年就这样过去了，以后再有没有这种机会呢？非常困难！

当然，有些人光是懈怠而不造恶业，天天都在睡懒觉，这种无利无害也算是可以。原来上师也曾讲过："你们到了学院以后，实在不能闻思的话，也不要到处串门影响别人，自己吃完以后睡觉，睡完以后再吃，这样也是可以的。"上师当时的密意，我觉得是这种人整天吃完饭

后睡觉，临死时虽然没有善业，但不造恶业也行。然而，现在有些人并不是这样，他们每天所造的恶业相当可怕，如果一直这样下去而不行持善法，那以后被各种痛苦愚昧所缠绕，解脱的机会是没有的。且不提转生到三恶趣之中，单看我们人间，自己在特别痛苦时有没有修法的兴趣呢？绝对没有。如果今天特别累，就会连书也不想看，经也不想念了。有时候身体稍微不好了，原来身体好的时候那种行持善法的精神，就根本找不到了。试想，如果真的转生到地狱、饿鬼、旁生中去，行持善法的机会就更不用说了。上师如意宝说："很多窍诀书里讲过，地狱的众生非常痛苦，它们无法回忆起前生，也不能说话，连一刹那忆念善法的机会也没有，在这种痛苦和折磨下，永远都没有修行的机会。"正如昨天月称论师的教证一样，现在自由自在的时候一定要想方设法保护自己，这一点每个修行人都不要放弃，否则再继续造恶下去，真的是没有希望了。

前不久有个人说自己的亲戚打架了，现在正被关在所里，过段时间要判刑，如果真的判刑了，那怎么想办法也捞不出来了，所以一直

叫我去搞关系，把他亲戚救出来（现在的社会就变成这个样子）。后来在很多人和非人的加持下，总算没有判刑，在那个“门口”给救回来了。事后我心里想：我们得人身也是这样的，现在要想尽一切办法不要堕到地狱、饿鬼里面去，如果这辈子没有对自己负责，随随便便造恶业、害众生，依靠恶业而堕了下去，那就没有“出狱”的机会了。

现在大家既然有这么好的缘分，就一定要珍惜，不能放逸，这一品也是在讲“不放逸”。要知道，如今这个末法时代，你们有机会学法、听法，的确来之不易，现在我们通过这种方式来传讲，外面有些人特别的感动，也很愿意学，当然，也有部分人觉得学也可以、不学也可以。作为一个凡夫人，对你们有利是我最希望的，但如果没有特别大的利益，我心里也不在乎。然而，通过历史来看，真正的善知识在遇到下面的人不珍惜时，不一定有很大的兴趣讲法。记得《影尘回忆录》第十一章里有印光大师的一段情节：大师最初在上海传讲佛法时，刚开始有数千人闻讯而来，但慢慢地就减到寥寥无几了，后来大师生起了极大的厌离心，说：“我

这样传讲，对很多人来说可能成了一种影像，没有多大的必要。”从此以专修为主，没有为众生广转法轮。

所以你们在因缘聚合的时候，学习对自己有帮助、有利益的佛法最好不要退，现在有些道友非常积极，修什么法都有一定的信心。但有些人可能是由于性格或其他原因吧，刚开始算是比较积极，慢慢地就退下去了，这样不太好。佛法是非常难得的，尤其我们身边有一些善知识、好道友时，千万不要轻易放弃。前段时间我在外面时，也跟有些人讲了：“你们现在应该好好学习，如果在这个过程中掉下去了，就像大海捞针一样，我是没办法找到的。尽管别的善知识也有其他方便方法，但我只有宣讲佛法这种方式，如果你们相续中真正有一点利益，行为上懂得了取舍因果，这就是人生最大的收获。”我自己也经常想：“法王如意宝的恩德实在无法报答，多年来上师若没有给我们传讲显宗、密宗的知识，现在我们会变成什么样子？”当然，学佛不可能一两天就立竿见影，马上有非常显著的效果，但通过这种潜移默化的熏陶，对每个人而言，没有效果是不可能的。

因此，大家对听法、修法还是应该重视。前段时间有些人断传承去外面受戒，当然受戒的功德非常大，我们也很随喜，但现在正在学习的时候，这种相续最好不要断了，否则以后有没有接上的因缘也不知道。所以暂时有听闻佛法的机会时，什么事情都不重要，务必要把这个牢牢抓住！

癸二、不得善趣：

既未行诸善，复集众恶业，
纵历一亿劫，不闻善趣名。

假如转生到恶趣当中，根本没有行持善法的机会，反而再度积累无边无际的罪业，如此一来，纵然经历一亿劫，连人间天界这样善趣的名称也听不到，更何况说转生善趣了。

今生我们获得了这样的人身，最好不要堕下去，而应该变成一个良好的开端。全知无垢光尊者在《心性休息》和《禅定休息》中也讲过："现在一刹那也不能散乱，必须要抓住机遇，日日夜夜地行持善法。"通过传承上师的传记也可以看出，他们生生世世中不仅这样要求别人，自己行持善法也是非常得力。而我们凡夫人，生生世世造的恶业相当多，现在也是散乱得不

得了，所以我们应当跟随高僧大德的足迹，千万不能堕入三恶趣，一旦堕入其中，行持善法的机会是没有的。

世界上有些旁生非常聪明，但真正让它们行持善法、发菩提心、发出离心，可能一个公案也举不出来。可在行持恶法方面，不说地狱饿鬼的众生，就连旁生界的众生也相当多。记得上师如意宝曾讲过，他老人家有次在静处闭关时，关房的屋檐下有一只山雀和一只杜鹃。后来山雀孵了一窝小山雀，杜鹃便将它们叼出窝去，全扔在地上摔死了。山雀对此怀恨在心，有一次不知道从哪里找到一只小虫，放在杜鹃经常歇脚的地方。杜鹃吃掉小虫后，就吊死在房檐下，被风吹得荡来荡去。上师如意宝详细观察才发现，原来小虫的身体里穿了一枚小钉子，钉头上有一根细线，另一头则缠在屋檐上面，杜鹃吃掉小虫后，钉子就横在肚子里，肠穿肚烂而死。通过这件事情，上师觉得旁生好像比人还聪明，人想抓杜鹃也十分费力，不一定有这种效果，可见，有些旁生造恶业，真可谓不择手段、费尽心机。

《开启修心门扉》中也讲过：旁生在善业

方面一点意乐也没有，不管是发心也好、念咒语也好、转塔也好，什么都不会，但在造恶业方面，无论是生嗔恨心、贪心、嫉妒心，还是邪淫、偷盗（如老鼠）等，简直是无恶不作，能想出一般人想不出的办法。有时候从我们身边的旁生也可以看得出来。昨天我邻居的两只大鹅互相打架，它们嘴里含着棍棒，打得非常厉害，周围很多鸡鸭都不敢过来，远远躲在窝里直偷看，胆子稍微大一点的，过来劝也劝不开，后来人来了还是劝不开。

听说我们学院有个老和尚，前不久买了一些鸭鹅来放生，他害怕它们造邪淫罪，每天都把公的和母的分开。有些道友开玩笑说："它们又没受别解脱五戒，不会构成邪淫罪的。"但不管怎么说，老和尚始终认为男众寝室和女众寝室必须要分开，每天都这样严格的要求（众笑）。其实我想：他每天都是这样的话，可能也有一定的困难，毕竟它们已经是旁生了，不造恶业或许有点不现实，还是应多给它们念一些佛号，这种功德是很大的。所以从旁生的行为来看，它们堕落恶趣之后，造恶业很容易圆满，行持的善法根本没办法成功。

看到这些可怜的旁生后，我们应该想："我最好不要变成这样，不然解脱真的没有希望了。"就像已经被判死刑的人，判刑之后，就算你使尽浑身解数也是没有用的，最好在没判刑之前把他救出来。前段时间那个人提的建议是对的，他希望自己的亲戚不要判下去，一判就没有办法了，他还是有一定的智慧。同样，我们获得人身后，最好也不要堕下去，如果今生有一点菩提心，以后再得到人身时，相续中的这种善根就有机会萌发，从小便能值遇到上师和正法。

有些人因为前世的因缘，在出世间或世间上，从小就表现出与众不同的一面。世间上这方面的公案也非常多，国外有个心理学家兼精神病专家，他曾写过一本书，书中记载道：某病人声称自己是著名歌星梦露的转世，从小就能回忆起前世，梦露唱的歌自己也会唱，并能讲述很多有关梦露的事情。有人对此深感怀疑，专门做了一些催眠试验，没想到，梦露生前的许多隐私（因为她当时比较出名，许多历史家专门研究她的一生），此人在催眠状态下竟可以说得出来。尤其是到了晚上，这个人的声音、性格、

心态跟生前的梦露几乎相同。所以，现在很多人都承认确实有前世后世，此人即是梦露的转世。

通过这些真人真事，我们也可以发现每个人都有前世和后世，倘若后世转生为人，今生修行、喜爱大乘佛法的习气也有苏醒的机会。但若转生到旁生、地狱里面去，即使你相续中有这种种子，想要复苏的话，再过几百劫后才有机会，暂时而言是根本不可能的。要知道，我们现在得到人身时，再怎么忙也有念观音心咒的机会，但三恶趣的众生有没有这种机会呢？大家可想而知。因此，现在的机会非常难得，你们一定要励力把握！

壬二（彼之依据）分二：一、教证之依据；二、理证之依据。

癸一、教证之依据：

> 是故世尊说，人身极难得，
> 如海中盲龟，颈入轭木孔。

如果有人想："以什么教理说明人身来之不易呢？"大慈大悲的佛陀在《杂阿含经》、《花丛经》等大乘经典中，通过比喻进行了宣说：如果整个三千大千世界变成一大汪洋，汪洋底

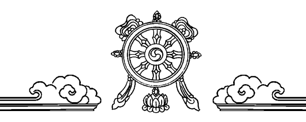
下有只双目失明的盲龟，一百年才浮出海面一次，而海面上有一个具小孔的木轭，木轭被风吹动四处漂荡，没有固定的位置。假设盲龟浮出海面时，龟颈正好进入木轭孔，这种机会不能说永远没有，否则从因明的角度而言，没有真实的理据就是相似因。既然它是一种"不定"，也有可能相遇，那人身比这还要难得。

有些人认为："现在的人类这么多，怎么可能难得呢？"其实若与旁生、饿鬼、地狱的众生相比，人类确实是不多的。比如一个蚂蚁窝、一个湖泊、一座森林里的众生，若与一个大城市里的人比起来，几百万人实在不算什么。尤其是能行持善法的，这种人身就更为难得了。以前米拉日巴尊者对一个猎人说："本来佛陀说人身非常难得，但看到你这样造恶业的人身，觉得并不是很难得。"现在大城市里的人造恶业的非常多，而具有暇满的这种人身，不管在大城市还是别的地方，都是十分罕见的。所以佛经里的比喻，主要是针对行持佛法的珍宝人身而言的，以此来衡量，区区几百万人当中，日日夜夜行持善法、向往解脱的人到底有多少？万分之一、百万分之一也没有吧。故佛陀在经

中的比喻，是说真正修持善法、了知今生来世的人身相当难得。

另外，《阿难入胎经》中也比喻道：如以芥子撒向一根针，能穿过针眼的芥子基本上没有，而人身较此更难得。有些经典中还以昙花难以现世为喻来宣说这个道理。

总之，你们应该有这种想法："人身的确十分难得，既然已经得到了，就不能随便空耗、随便放逸，一定要精进修行。"所谓的不放逸，就是说自己的三门要小心翼翼、谨慎取舍。譬如路经陡峭的悬崖时，每个人都会放慢脚步，生怕不小心掉下去了。前不久我们学院大门上面装藏时，有些喇嘛爬上去放一些东西，他们一看有五六层楼那么高，就特别的害怕，一直紧抓着不放。如果我们对恶趣也如此害怕，现在肯定会好好修行的。然而，有些人认为"堕恶趣就堕恶趣吧，爱怎么样就怎么样，变成旁生也无所谓"，就跟世间上的有些坏人一样，"关监狱就关监狱，这里也挺好，照样可以过生活"。这种人的心态简直愚痴到了极点，有智慧的人决不应如此，千万不能堕下去，若有这种决心的话，一定会精进修行的！



第四十节课

现在正在讲没有认真修学就会堕入恶趣的道理，对此，寂天菩萨是通过教证和理证来宣说的。昨天已经讲了教证的依据，也就是根据《杂阿含经》等有关经典的比喻，说明获得人身极为难得。今天通过理证来说明我们最好不要堕入恶趣，否则从中解脱是相当困难的。

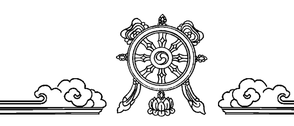
癸二、理证之依据：

刹那造重罪，历劫住无间，
何况无始罪，积重失善趣。

不仅用教证能说明堕入恶趣后不得解脱，凭我们的智慧推理也可以说明，堕入恶趣非常容易，从中解脱相当困难。比如我们活在人间的时候，有意或无意当中造罪并不需要漫长的时间，有时候对特别严厉的对境，如诸佛菩萨、金刚上师、阿罗汉等生起了多少刹那（指时际刹那[29]）的恶心，就要堕入地狱感受多少大劫的痛苦。当然，有些造业的时间是指成事刹那[30]，比如杀父亲、杀母亲、杀阿罗汉、毁坏佛塔、摧

[29] 时际刹那：正常男士弹指间为一时际刹那。
[30] 成事刹那：从头到尾完成一件事情所需要的时间。





毁三宝所依等等，这样的罪业需要一个过程，所以包括在成事刹那当中。

造这些恶业将堕入无间地狱，无间地狱的寿命是一个中劫[31]，学过《俱舍论》的人都清楚，这种时间的量，并不是按照人间现在的年龄来推算的。然而，我们经常会造这些罪业，比如对殊胜的对境起恶念、嗔恨心、邪见等，造这样的罪业不是特别困难，而是相当的容易。从无始以来到现在，我们每个人在漫无边际的轮回中造过多少罪业？自己也可以想一想。虽然很多人可能想不起来，但仅仅是今生，有些人三四十岁了，有些人七八十岁了，你们好好地回忆一下，从呱呱落地到现在，这期间你杀害了多少众生？相续中生起了多少恶念？口里说过多少中伤别人的恶语？既然一刹那间的罪业都有如是的严重，那我们无始劫来到现在所造的罪业若积累起来的话，肯定比山王还高、比大海还深，将来得不到善趣这一点是不言而喻的。

要知道，所谓的因果，并不是我们想象得

[31] 中劫：从人寿无量岁下减到八万岁之间，再到十岁之间，为一个中劫。之后上升到八万岁并下减到十岁之间，也是一个中劫。

那样简单，极其细微的因果只有十地菩萨或者佛陀才能了知。当然，粗大的因果，很多人也比较清楚，比如善有善报、恶有恶报，杀生就会堕恶趣，供养布施将获人天善趣，这样简单的因果概念，凡是学佛的道友都应该明白。

从无始以来到现在，我们所造的罪业全部积累在阿赖耶上面，一点也没有耗尽，这样的业会不会现前呢？一定会现前的。既然如此，大家不妨想一想：一刹那的罪业都那么严重，那无数劫来自相续中有多少随眠烦恼和种子习气？各位不得不关心一下。

前段时间我也讲了，阿底峡尊者对因果非常重视，你们不管是在家人还是出家人，信因果还是不信因果，反正世间的规律就是这样，如果违越了这个标准线，任何人将来都要亲自感受它的惩罚。所以我们现在自由自在的时候，每个人应该经常想：我相续中肯定积累了很多很多罪业，这些罪业若没有清净就死了，来世必定不堪设想。

很多高僧大德和传承上师们都要求，在活着的时候一定要精进忏悔。因此，我希望你们对想得起、想不起的所有罪业，依靠金刚萨埵

的窍诀来励力忏悔，最好在临死之前有一点把握。同时，在今后的生涯中，自己心里面应该立一种誓言：以前我肆无忌惮、毫无顾忌地随便造恶业，这种行为非常愚痴，以后千万不能这样了，宁可饿死冻死，我也决不像以前那样造罪！

当然，你们有些人可能不相信因果，有些人虽然信一点，但是信的程度并不深，尤其是某些在家人，如果问他：“你学佛没有？”“我已经学了。”“皈依了没有？”“皈依了。”“你信不信因果？”“我相信。”但实际上，他的信是非常简单的，佛陀不可思议、微妙深奥的因果，他从来也没有研究过、思维过，只是停留在极为粗浅的层次上。因此大家应该“深”信因果，不要“浅”信因果，表面上信一信因果，认为做坏事不太好、做好事比较好，这一点没学过佛、不信宗教的人也基本上知道，“善有善报、恶有恶报”，口头上人人都会说，故作为一个学佛的人，要学得深一点，不要太浅了，这样不管学习哪一部论典，都会有一定的收获。

最近我发现有些知识分子认为《入菩萨行论》比较简单，没有什么学头；因明又特别的

难懂，学不进去。就像上师如意宝以前所讲的："深奥的法觉得难懂，他修不起；简单的法门认为太粗浅，又不愿意学习。结果这种修行人在临终时一点境界都没有，空手去往中阴界。"其实你实在学不懂因明、中观或其他论典不要紧，最关键的是什么？就是要将《入菩萨行论》的每一字每一句，不仅能从字面上解释，而且细细地去思维品味。所谓的学佛，并不是在文字上读一遍、口头上说得非常漂亮就可以了，而是应该在实际行动中改变自己的心态、改变恶劣的习气，也只有这样，我们才能有解脱的希望。

总之，大家一定要发愿将来不要造任何恶业，对以往所造的罪业，全部在诸佛菩萨、金刚上师、金刚萨埵面前诚心诚意地合掌祈祷、励力忏悔，令自己的相续得以清净，这就是我们修行人经常要做的事情。

前面已经讲了，刹那造罪业也会堕入恶趣，没有获得善趣的希望。有些人可能会想："堕恶趣不要紧吧，在地狱、饿鬼、旁生中不管要受多少年的果报，完了以后还能获得人身，那时候再继续修持也来得及。"下面寂天论师说：只

要你堕下去了，恐怕回来的希望是很小的。

然仅受彼报，苦犹不得脱，
因受恶报时，复生余多罪。

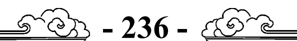
单单是感受以往罪业的果报倒还可以，但事实并非如此，你在感受这种果报的时候，又会因烦恼而继续造业，新罪旧罪加在一起，故要在恶趣中辗转受苦。

就像有些监狱里的犯人，本来被判入狱十几年，但他在劳动改造的时候，经常跟别人打架，不断积累新的罪业，刑满释放的日子就遥遥无期。同样的道理，有些人杀害众生造了罪业，死后堕入复活地狱，本来需要感受自寿五百年[32]的痛苦，但他在复活地狱的时候，由于业力所致，一生下来就有严重的嗔恨心和嫉妒心，看到众生就拿着业力所现的各种兵器砍杀，这样一边在地狱受苦，一边杀害无量众生，每杀一个众生，同样也要感受果报。前面的罪业加上新造的罪业，两个罪业合起来，什么时候才能解脱呢？所以真正堕入恶趣的众生，想要解

[32] 人类五十年相当于四大天王天之一日，如是三十日为一月，十二月为一年，四大天王天的五百年相当于复活地狱的一天，复活地狱的众生需要在自寿五百年中感受痛苦。若以人寿计算，相当于人间的一万六千二百亿年。

脱非常困难。我们现在能看见的就是海里的动物、人间分散居住的动物，它们这些旁生，就像昨天讲的小山雀那样，每天都在不断地杀生、偷盗、邪淫等等，造了那么多的罪业，每种罪业又有无量的苦报，所以很难摆脱恶趣之身。

有些人疑惑道：“既然因果那么可怕，为什么有些人整天无恶不作，以杀生偷盗来维持生活，可他的生意却十分兴隆，工作很顺利，家庭也相当快乐，这是否说明因果不存在了？”对于这种现象，我们前面也讲过，业力中最细微的部分，唯有遍知佛陀才能了知，但业的一般分类，很多众生也可能不太清楚。要知道，业可分为顺现法受业、顺后受业、顺次生受业等多种。“顺现法受业”是指今生造的罪业，今生就要感受果报，这样的公案也比较多；“顺后受业”则是今生造业，很多年或很多劫以后才成熟果报；“顺次生受业”是指今生造业，下一辈子果报必定成熟，就像造五无间罪一样，前一刹那活在人间，下一刹那死了，就会不经历中阴而直接堕入无间地狱。所以业力真的很可怕，有些人想“我还要活到明年、活到后年，我七十岁时怎么办，八十岁时怎么办，未来活



到一百岁时怎么办，那个时候我吃什么、穿什么……”经常心里琢磨这些，但如果你造过无间罪的话，不用等到七八十岁，也许明天或后天你醒来的时候，已经转生在无间地狱中了。

当然，除了五无间罪以外，有些罪业虽然非常严重，但下一辈子也不一定马上受报。以前卡绕巴格西看到一只鹞鹰经常弑杀众生。一天，这只鹞鹰死了，上师以神通观察它转生到何处，结果发现它以往昔的善果而转生为一施主之子，但以屡屡杀生之业所感，不久便夭折了。后来尊者又观察他转生于何处，发现他竟然转成一位广度众生的大上师，所化事业极为广大。（由于法务繁忙，所以为亡者作超度在骑马行路时顺便就将仪轨念了，后来人们共称他为“马上仪轨上师”。最后，在一次信众云聚、举行隆重的大灌顶时，那位上师突然离开了人世。当时卡绕巴尊者的一位侍者也在现场。大家商量后决定将过世上师的五根[33]委托那位侍者带到卡绕巴尊者前作超度仪式。侍者接近到上师那里时，担心这样带去会遭到呵斥，于是他用绸缎把五根卷起放在一块岩石旁边，先到上师前禀明了事情经过。上师说：“用我的这件祖衣裹起来！”侍者带着祖衣去了。到了岩石旁，看到那五根已变成了一只一肘长的

[33] 亡者的神识已融入五根中。

恶蝎。他立即返回，请上师到这里观看。虽然上师也来了，但因缘起不具全，尽管用祖衣包裹也无济于事。那只恶蝎逃窜到一块大岩石旁，由于业力所感，它钻进突然崩裂的岩石中，随后岩石闭封了。凡是与那位上师有关联的众生灵魂，全部转成无数含生并融入那块岩石里蚀食着那只恶蝎，而且从恶蝎的心间长出一棵高高耸立的柏树。侍者问："它何时才能解脱？"尊者说："直到那棵高大的柏树被鸟爪踏尽时方可解脱。"）

从表面上看来，这种事情是不可能的，前世是旁生造恶业，后来竟转生为一名利益众生的大上师。所以，我们有时候不要认为别人造恶业多么快乐，自己做善业一点感觉都没有，"我念了那么多黄财神咒，怎么过了二十四小时也没有发财？""我已经念满一万遍文殊心咒了，为什么现在还是笨笨的？"就像有些农民种庄稼一样，今天刚种下去，明天就想收青稞、收麦子，这是不可能的事情！正如龙猛菩萨所说，所谓的业力，并不是像用刀子砍身体即刻就出血那样立即感受果报，但是在因缘聚合时，往昔所造的罪业之果必定会丝毫不爽地现前。[34]

所以，大家对因果一定要谨慎取舍。有些

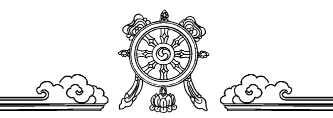
[34] 《亲友书》云："有者所造诸罪业，纵未即时如刀砍，然死降临头上时，罪业之果必现前。"

出家人、在家人对因果方面还是特别害怕的，我觉得这样非常好。昨前天我遇到学院的一些发心人员，他们说："上师如意宝以前讲过《百业经》，所以我们对业因果方面小心翼翼，不敢乱来。"这一句话，足以表明他们的因果观念跟其他人完全不同。有些人口头上说因果不虚、毫厘不爽，讲得倒是非常动听，但在实际行动中，这些道理早被抛到九霄云外了，从来也不想"我若有果报怎么办？来世将会感受什么样的痛苦？"

因此，有些因果的微妙，大家应当尽量去思维，不管是享用财产也好，做任何事情也好，这里讲的是不放逸，不要太放荡不羁、没有什么约束了，假如随便造恶业都无所谓，那就不像修行人了。我们作为修行人，身口意应该获得了佛法的利益，如果真正与法相应了，就像《中观宝鬘论》里所讲的，白天也快乐，晚上也快乐，即使做梦的时候，梦乡也是快乐的。而不相信因果、造各种恶业的那些人，尽管现实生活中什么都有，财产地位样样不缺，可他白天也不快乐，晚上也不快乐，甚至做梦也经常出现一些噩梦。

所以我觉得大家平时在修行的过程中，应该多谈论一些因果方面的问题，多看一些因果报应的书。现在世间上的凡夫人，聚在一起就谈些无聊的话题，比如男人的话题就是哪些人当官了、哪些人发财了、哪些人好看了、哪些人的轿车如何如何，女人的话题则是这个化妆品多少钱、那个装饰物在哪里买的、谁的口红太红了太白了……当然，我倒是没有参加过他们的聚会，但估计现在人关心的不外乎这些，除此以外真正有意义的话题，例如我们前世的业是什么样的、后世的业是什么样的，《俱舍论》里的观点是什么，中观宗又是如何承认的，阿赖耶上的习气怎样成熟，来世和今世之间业因果如何存在……这些问题从来都不谈。所以学习《入菩萨行论》的道友，你们能不能学完以后，原来的心态有点改变？原来什么都不怕，现在什么都有点怕，如果有了这样的境界，那以后在有生之年中一定会取舍因果的。什么叫取舍因果呢？就是该做的尽量去做，不该做的尽量舍弃、不敢去做，这一点对我们修行人来讲极为重要。

下面是说获得人身以后应该精勤，否则是



非常可惜的。这个道理分略说、广说两方面阐述，首先是略说。

辛三（得后不勤而舍）分二：一、略说；二、广说。

壬一、略说：

既得此闲暇，若我不修善，
自欺莫胜此，亦无过此愚。

《入菩萨行论》的这些颂词，现在汉传佛教的许多大德也经常引用，我觉得应该要这样。有些高僧大德在造论典时，从来不参考别人的书，全部是凭自己的感觉，这样的话，如果对了，还可以利益众生，但若不对的话，引导他们误入歧途，那是有点危险的。我们藏传佛教历来有一种传统，只要高僧大德造论，经常要引用一些教证，此举非常保险，所走的路完全不会有任何错误。所以你们今后不管给别人讲经说法，还是自己修行、造论，一定要有可靠的依据。无垢光尊者造显宗、密宗的论典时，经常要引用续部和公认的高僧大德们的教证，这是为什么？并不是无垢光尊者实在没有能力，特别喜欢抄别人的，而是以这么丰富的教证作为我们后学者的修学指南，依靠前辈大德

和诸佛菩萨的金刚语来要求自己，才能令我们的修行完全趋入正道。所以《入菩萨行论》里面的所有教证，大家都应该非常熟悉，不但要熟悉，而且也应该用得上，无论在什么场合中，口里面用得上，实际行动也用得上，这样才是名副其实的大乘修行人。

颂词的意思是说，我们如今已经获得了暇满人身，这样的人身无论从因缘、数目、比喻等方面来看，就像一百天中遇到一顿饭那样极为难得。同时现在也有了修法的自由，不管是修无上大圆满、菩提心、出离心，还是人无我、法无我的任何一个法门，都不会有人横加责难，即使个别人有家庭单位的约束，但如果真的有这种信仰，谁也控制不了你的自由。在具足如此善妙因缘的情况下，“若我不修善，自欺莫胜此”，也就是说，如果没有认认真真地去修持，把它充分利用起来，再也没有比这更大的欺惑了。

有些人到市场去买东西，结果上当受骗了，换也换不回来，于是就觉得自己特别愚痴。其实这倒不要紧，东西买错了是小事，但你获得了这么好的人身，整天都在放逸懈怠，而没有

好好运用起来，那才是真正的遗憾。

要知道，我们修行是为了自己，并不是为了别人。这几天很多人打电话来说：“堪布，我还是在学《入行论》啊！”其实学不学是你的事，对我来讲也没什么，有些人的语气好像我应该给他发奖品一样：“知不知道，我正在学你的《入行论》啊！”学我的《入行论》也不是为我而学的，俗话说“自己的事情看作别人的事来做”，这样可能不太好。你们来到这个人间，因缘聚合时若没有修持的话，那是自己欺骗自己。而对我来讲，一方面确实也非常希望大家多学一点知识，所以不顾一切辛劳，就是要给大家提供方便，有这颗善心是毫无疑问的。但另一方面，如果你们学习《入行论》只是让我高兴、让我开心，那就没有什么必要了，这完全是你自己的事，如果为自己做事还要让别人感激，作为人就没有自知之明了。

所以如果没有好好地利用人身，再也没有比这更愚痴的了。有些人认为“那个人很愚痴，什么都不懂”，但也许并不是这样的，他只要老老实实、脚踏实地地学修佛法，结果可能学得非常不错。而有些人自作聪明，自己认为自己

有一定的境界和智慧，没想到最后学得特别差，根本不如那些看起来特别笨的人。

因此，获得了这样的人身，价值远远超过十万个如意宝，假如用它来造恶业的话，那是非常可惜的。龙猛菩萨曾说：若有人用镶嵌着珍宝的金器来清除肮脏不堪的呕吐物，就会被众人嘲笑为“蠢人”。但如果投生为人却为非作歹的话，与前者比起来，这种人更是愚不可及了。我们不要整天迷迷糊糊的，行持善法时没有一点勇气，也没有一点力气。既然这样的人身来之不易，得到以后还是要好好行持佛法，不要今日复明日地一直拖下去，而应该抓住当下的时机。如果你的根基等方面很不错，那可以修持无上大圆满、菩提心、空性、出离心等法要；如果实在安住不了，就多看一些佛教方面的基本知识；如果连看书也不能，那就每天多念一些阿弥陀佛心咒、金刚萨埵心咒、观音心咒等等。总而言之，时间应该合理安排，尽量不要空耗！

然而，有些道友以给学院、上师发心为由，自己认为自己很了不起，就什么善法都不做。发心固然值得随喜，但你们二十四小时都在发

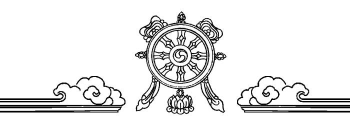
心吗？如果不是的话，空余的时间还是可以利用起来。我看到有些发心人员连念珠都不拿，但念珠对你发心应该没有任何障碍。所以我希望“菩提学会”的成员，今后能不能每天不要放下念珠，尽量用它念一些咒语。原来有二十多个人在一起聚会，他们学佛二十多年了，但一个人也没拿念珠，不是说“我忘了”，就是说“念珠弄丢了”，或者说“天气太热了没有带”，还有的说“单位里面不方便”，反正每个人都有一个借口。当然，在我面前说妄语很容易，像我这样傻的人，一句话就可以搞定了。但我觉得你骗人是没有用的，“自欺莫胜此”，实际上都是在欺骗自己，这叫做自欺欺人，并没有多大的意义。当然，有些人若因为身份不方便的话，拿一些计数器也可以。平时不管是坐车也好，走路也好，在没有事情的时候每天完成一定数量的心咒，这样日积月累下来，能修积很多的善法功德。但如果觉得拿念珠不方便、不庄严、不好看，那你在临死的时候，可能什么善法都没有。

记得有次我们十几个人到法王那里商量学院的事情，当时法王一个一个地检查，看我们

手上有没有念珠，那次突然袭击的结果是：只有一位法师没有拿，其余的人都拿了。现在想起来，我觉得法王身边的弟子确实与众不同，现在到一些城市里面，十个人当中，可能一个拿念珠的也没有。

所以，凡是学习《入行论》的人，我希望你们不仅要在文字上通达，日常生活中的积累善法也必不可少。其实平时拿念珠并不影响你的工作，也不影响你的开车。很多藏族司机特别精进，一边开车一边拿念珠持咒。以前有些司机也学过，但后来因为怕翻车，所以就把念珠缠在手上，开车时在心里默默地念。

上师如意宝以前曾讲过：我们修行人一方面要好好地修持空性法门，学一些理论知识，另一方面，平时应该多念一些咒语，有一些简单的修持。不要动不动就以发心为借口，什么善事都不做，我觉得你再怎么忙，每天也有空闲的时候，利用那段时间完成该念的咒语、该诵的经文，每个人都应当这样要求自己。当然，自己对自己要求严一点，还是比较舒服的，应该没有什么怨言。但如果别人天天这样强迫你，不一定能坚持很长的时间，而且心里也不舒服。



我想今后只要是“菩提学会”的人，第一个要看你手上有没有念珠，没有的话，这个身份可能有点不太适合。所以，你们只要一听说我来了，马上买念珠去吧！（众笑）

有时候你们认为我是开玩笑，说开玩笑也可以，但有些话还是希望你们记住，这是我内心当中对大家的期望。尽管我与很多人素不相识，但我们都有一个目标——解脱，而解脱的唯一途径，就是大慈大悲的佛陀和大恩上师们的加持摄受。现在有了这种因缘，那我所提的一些建议，如果对你有用的话，希望也不要完全放弃。

当然，我们学院里的人，这方面应该说是很不错的，每个人手里都拿着念珠，甚至有些人不该念的时候也在念咒。其实，听课时心要专注，最好不要念咒，华智仁波切在《前行》里面也讲得非常清楚！[35]

壬二（广说）分三：一、思维愚笨之果报；二、呵责彼本体；三、观察彼因。

癸一、思维愚笨之果报：

[35] 《大圆满前行引导文》中说：“在闻法期间，甚至包括诵经、念咒等一切善行也要放下来而集中精力恭听。”

获得这样的人身后，一定要精进修持，如果懈怠的话，必定会后悔的。此科判有两个颂词，一是讲临死时我们会后悔的，另一个是讲死亡后也会后悔的。

若我已解此，因痴复怠惰，
则于临终时，定生大忧苦。

如果我明明知道这个道理，却因为极其愚痴而懒惰懈怠，没有好好地修持，那在临终时必然会追悔莫及，生起极大的忧愁苦恼。

大家现在基本上都知道，人身非常难得，寿命也很无常，人死之后随业力在六道当中流转，这种轮回痛苦唯有依靠三宝和菩提心的加持方可解脱。道理上很多人都明白，但由于无始以来无明愚痴的深厚习气遮蔽了自己的佛性，故整天都在浑浑噩噩、迷迷糊糊、无有意义的散乱懈怠中度日，让最珍贵的光阴白白流失了，非常的可惜！

人生几十年如白驹过隙，一晃就过去了，一旦死亡来临，感受四大分解的痛苦时，很多人都会后悔不已："我虽然遇到了上师，遇到了佛法，也懂一些佛法的基本道理，但总结自己的一生，好像什么善事都没做，什么法也没有

修，现在一点把握都没有。"一边以不净粪染满全身，一边双手抓着胸口，不断痛苦地惨叫着……假如得到人身后却成了这样的下场，那是极其可悲的！

我有时候这样想："我今生遇到了这么好的上师，也遇到了如意宝般极为难得的显密正法，听了那么多年，心里多多少少也有一点串习，感觉还算是可以。虽然修得不像以前的高僧大德那样圆满，但自己的信心一直没有退，明天死了也不后悔。早一点死也可以，不然的话，到时候业际颠倒或是对佛法不利，那就太可惜。"但有时候转念又想："千万不要那么快就死了，应该将来好好忏悔一下，多念修一些咒语，多观想一些修法，死时稍微有点把握该多好啊！"像我这样的感受，可能很多道友都会有。其实，在无量无边的众生中，我们有幸遇到了不用怀疑的一个正法，无论是密宗还是大乘的修心法门，我们都已经听闻了，如果一点也不修持，每天只是耽著世间八法，在没有意义的工作生活中虚度时光，那是非常非常可惜的！

临死时必须要获得一种把握，否则就会像《正念经》中所讲的"一到临死际，心生极大

苦”，没有认认真真地修学，临死时一定会非常后悔的。你们不要总认为“我现在生活过得还可以，身体也比较健康，多快乐啊”，每天若这样得过且过，时光是不会等我们的，死亡迟早都会来临，那个时候，就像无垢光尊者在《窍诀宝藏论》里面所说，将有翻天覆地的变化，作为一个修行人，如果有了一定的境界，那一切都是快乐的。但若没有达到特别高的境界，一生中最好还是多做善事，如果临死时没有遗憾和后悔，这样也是可以的。

在《入菩萨行论》的注释中，堪布根霍讲到：我们现在遇到了上师和殊胜的佛法，如果没有好好地修行，人生几十年转瞬即逝，到了临死的时候，上师所传的法要没有体会到一点一滴，肯定会生起极大的后悔心和恐怖感。所以现在我们自由自在的时候，最好不要无意义地空耗。

有些人认为“我很笨，没有修行的机会”，不要以愚笨来当理由；有些人认为“我特别忙，没有修行的时间”，也不要以生活为借口；有些人说“我心情不太好，等以后心情好的时候再修行”，更不要以心情为挡箭牌。如果一提到修

行，每个人都罗列出一大堆拖延的理由，这样确实不太好。

这次学习《入行论》，大多数人都知道它的利益，很多人也感觉有一定的收获，当然也有极少数的人，包括有些负责人、辅导员，别人劝他的时候，一直都是说“我这次如何如何，下一次再好好学”，每天都能举出一些理由，这样不太好。你们应该清楚，讲闻这部法非常不容易，现在有些法师每次只是一两堂课的演讲，提前做一下准备，预备一个演讲稿，讲起来也不是特别困难。而作为听者，今天来一个上师演讲，明天来一个上师演讲（国外经常有这种传统），去参加一两次也不是特别麻烦。但是这种系统的法门，若能常年如一日地不断闻思，不是真正的修行人，恐怕做不到！

现在大多数人的学习状况还不错，对我来讲，只要身体或生命允许，肯定不会半途而废的。但你们听众能不能善始善终，就要看个人的发愿了。其实听一部法也没什么困难的，从高僧大德们的传记可以看出，他们一辈子所听闻的法汗牛充栋，而《入菩萨行论》只有一千多颂词，若连这些都听不完的话，那你一辈子

还听什么法、学什么法?

也许每个人对自己的要求不太相同吧，就我而言，无论是哪一个法门，不管翻译还是传讲，即使身体再不好、再怎么样，我也会把它放在最重要的位置上，觉得这是所有事情中最重要的，有了这样强大的心力，纵使遇到再大的困难，也总有一天会完成的。我们现在的闻法环境，尽管不像上师如意宝当年那样违缘重重(指文革)，但比较而言，心不稳固的人只要遇到一点困难，也会马上知难而退。实际上，违缘和魔障并不可怕，关键在于我们自己，如果自己的精进力很强，任何魔众和非人也是无机可乘的。所以修学时一定要有坚定的信心，这一点非常重要!

有些人可能认为:“倘若浪费人身而不修持，临死时必定会后悔的，但死后一了百了，应该不会有什么后悔。”这样想也是错的，即使你堕入地狱里面，后悔之心还是如影随形。

难忍地狱火，长久烧身时，
悔火亦炙燃，吾心必痛苦。

即生中如果没有精进地修持，虽获人身却造了弥天大罪，结果必为业风所吹而堕入地狱。

那时在燃烧的铁地上，无数的地狱狱卒焚烧你的身体，这种痛苦极为难忍、苦不堪言。正如《毗奈耶经》中所讲，从人间的普通火到檀香火、末劫火、复活地狱火，直至无间地狱火之间，炽热程度以七倍递增。试想，我们平时手不小心碰到火，或者身上落一个小火星，都会觉得疼痛难忍，那么像《正念经》中所描述的，地狱众生的身体被烈火熊熊燃烧，根本看不到身体，只听到火堆里不断发出惨叫声，这样的痛苦更是用语言难以表达的。

不仅地狱众生的身体为狱火所焚，心里的悔恨也在折磨着它们。有些地狱众生能回忆前世，生前所造的恶业历历在目，令自己后悔万分；有些众生由于痛苦太过强烈而无法回忆，阎罗狱卒就告诉他“你在人间造了什么罪业，现在该感受什么样的果报”，然后将燃烧的铁水灌入它的口中，或者用燃烧的兵器砍割它的身体。如同监狱里的看守一样，经常用棍棒来惩罚犯人，边打边骂道:“你们这些人在社会上无恶不作，今天落到了我的手里，一定要好好教训你们。”原来有个人跟别人打架，自己被揍得很惨，后来他成了监狱里的看守，正好遇到以

前揍他的人关了进来，他就非常的高兴，天天公报私仇地拼命打他。所以按照有些传承上师的教言，地狱里的狱卒会一个一个地揭露罪行，然后用各种刑具来惩罚它们。

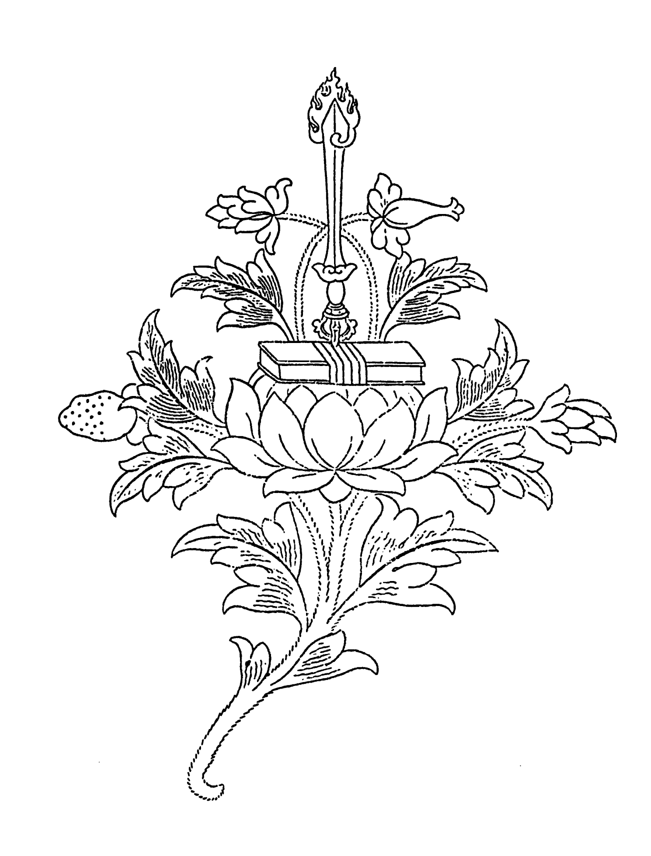
根据有些窍诀书所讲，地狱里的众生没有邪见，由于正在亲身体验因果，所以它们不会认为地狱不存在。有时候我们看到一些邪见特别严重的人，偶尔会想："这个人实在太愚痴了，什么都不相信，假如他到地狱里面亲自体会一下，就知道因果不虚了。"其实这种恶分别念倒是不好，但如果他真正转生到地狱当中，亲身感受地狱里的巨大苦受，确实不会有任何邪见的。

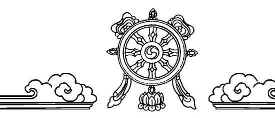
一旦自己堕入了地狱，不断被内外交加的烈火所焚，那时候求生不得、求死不能，简直十分痛苦。所以我们千万不能将行持善法一直往后推，作为一个修行人，有因缘的时候还是应该当下行持，这一点非常非常的重要。如果造了恶业就自暴自弃，就像有些演员经常喜欢说的"我今生已经变成了坏人，下一辈子再重新做人吧"，龙猛菩萨呵斥这种人是最为愚痴的。龙猛菩萨是怎么说的呢？"有些人虽然获

得了人身，却没有好好珍惜，只是发愿下一辈子当好人，这种人叫做愚痴懈怠者，必将感受无量的地狱痛苦。"所以我们做人的时候，千万不能说自己实在没办法，只有堕落成坏人，来世再做个好人，如果是这样的话，你这辈子造了这么大的恶业，下辈子还有机会得人身吗？非常的困难！所以现在拥有人身之际，我们一定要依靠上师的窍诀，尽量改变自己的恶行，诚如噶当派的上师们所言，过失毕竟是有为法，通过忏悔应该有重新做人的机会。因此，大家在临死之前，不管以前造过什么恶业，只要利用人身来励力忏悔，今生成为一个真正的修行人，那对个人来讲意义是相当大的。

昨前天有个藏族喇嘛问我："最近我想学汉语，以后给某某上师当翻译，你看怎么样？"我说："当翻译可能会赚一点钱，这个倒也可以。但你的发心是什么？如果是为了利益众生，那怎么样都行，但若是为了跟某某上师到城市里面得一些钱财，你最好不要学，老老实实当一个修行人就好。虽然当修行人没有钱财也没有地位，看起来好像很可怜，但实际上，你这一辈子若以这种身份度过，将为来世的解脱打下

非常稳固的基础。”所以，每一个人都应该好好地思维：人的美好前程到底是什么样的？





第四十一节课

今天继续思维暇满难得而不能舍弃精进，下一颂宣讲如果虚度人身的话，所有的智者也会呵斥这种愚痴之举的。

癸二、呵责彼本体：

> 难得此益身，今既侥幸得，
> 亦复具智慧，若仍堕地狱，
> 则如咒所惑，令我心失迷。

颂词的意思比较简单，前面通过几种观察方式可以了知，人身犹如昙花难以现世一样难得，得到以后胜过十万个如意宝的价值，对众生具有无比重大的意义。若从这些方面来进行思维，人身对今生来世具极大的利益和帮助，依靠极其殊胜的因缘和千百万劫的积累资粮，我们即生中才得到了如同肥沃良田般的人身，肥沃的良田可以成熟一切庄稼，同样，暇满难得的人身能够成办自他一切的重大利益。获得如此殊胜的人身以后，我们今生也有了明辨取舍的智慧，能了知取舍善恶、世出世间的种种道理，知道未来的前途应该是什么样的，依靠何种途径才能永生永世获得极大的安乐。这样

以后，如果仍旧执迷不悟、为非作歹，每天都在浑浑噩噩中度日，造作各种各样的恶业，那么不但不能获得解脱，反而会堕入地狱、饿鬼、旁生中感受难忍的痛苦。

很多众生恐怕都不知道自己的前世，经常处于迷惑的状态中，其实释迦牟尼佛在世以及涅槃后的很多公案中记载，许许多多的人都是从恶趣中解脱出来的，不要说我们凡夫人，就连阿罗汉和独觉，有些也是从地狱中刚出来的。现在很多“活佛”、“上师”说起自己的前世就非常得意，什么“我在释迦牟尼佛的时代是某某尊者，莲花生大士的时代是某某大德”，似乎除了今生以外，他生生世世都是大成就者，全部都非常的了不起。当然，这可能是他们的邪分别念所致，有时候看来，事实也不一定就是这样，反有可能那个时候他们正在地狱、饿鬼、旁生当中，若把整个真相原原本本地写下来，大家看后也许都会很伤心的。

从很多公案中可以看出，即便是释迦牟尼佛在世时，也有一些比丘刚从地狱中转出来，譬如花色比丘，每当忆及前世在地狱里的剧烈痛苦，便恐怖得身上流出脓血染污僧衣，后来

佛陀也开许他可以穿一些特殊的衣服。而且释迦牟尼佛接近涅槃时，曾对文殊菩萨和弥勒菩萨说：“凡与我结缘、见闻接触的任何众生，不久的将来都会获得解脱。那些业力深重至今仍处于恶趣的众生，以后值遇你们的时候，你们也应以我的教法开示彼等。”故从这些公案中可以了知，我们不一定全部是从清净刹土（极乐世界、兜率天、现喜刹土等）来到这里的。当然，很多高僧大德、诸佛菩萨化身、活佛法师是不同世界专门派来度化众生的，这种现象肯定是有，从他们的悲心和智慧也看得出来，但也有可能某些人是从三恶趣中“改行”到这里造恶业的。

不管怎么样，即生中获得了如是殊胜的暇满人身，大家一定要观察自相续，千万不能造恶业。前面一而再、再而三地讲了，我们现在获得了这个珍宝人身，确实具有无比的价值，如果用它来造恶业的话，再没有比这更欺惑、更愚痴的了。人们经常认为旁生很愚痴，但旁生造的恶业不一定有人类那么多，有些人依靠现代化的高科技，采用各种不同的技巧造了许多恶业，恐怕永远不一定有解脱的机会。我经常都这样想：现在那些犯法的坏人和平时造恶

业的这些人，想法和行为基本上是相同的。世间上作奸犯科的人，他们在烦恼的驱动下，身不由己地做一些坏事，如偷盗抢劫，最后受到法律的惩罚时，身心感受极大的痛苦，自己也是悔不当初。同样，现在有些人根本不知道因果的道理，或者稍微懂得佛制罪和自性罪，但由于烦恼深重的缘故，有时候也明知故犯，这样的话，一旦堕入了三恶趣，那时候就算后悔也来不及了，纵然释迦牟尼佛亲自降临也无济于事。所以稍微明智的人，应该为自己的未来好好打算，倘若一直以各种理由来作借口，那只是自己耽误自己而已。

颂词中还说，假如拥有暇满人身和明辨取舍的智慧，但仍旧无恶不作以致堕入地狱，那自己的心显然已被密咒所迷惑了！古印度有一些婆罗门和仙人，他们通过念恶咒，可以控制别人的神智，叫别人做什么就做什么，甚至让他跳火坑、跳河，那个人也言听计从。所以被咒语蒙住心智的人，我们看后也会觉得非常可怜。

大家可能记得，佛经中有个指鬘王的公案，就记载了这方面的事实：指鬘王刚出生时，非

常聪明，极为善良，相续中具有大慈大悲心，没有其他的烦恼，所以人们称他为“无恼”。后来他依止一位婆罗门上师学习吠陀。一次，有人请婆罗门师徒到别的地方去做三个月的事，婆罗门的妻子由于特别喜欢无恼，所以借机对婆罗门说：“如果你和众弟子都去了，那我一个人怎么处理这么多的家事？不如你让无恼留下来，他平时比较勤快，态度也很不错，让他帮我料理乱七八糟的家务事，可不可以？”婆罗门觉得言之有理，于是就答应了。他们离开以后，婆罗门的妻子非常高兴，赶紧梳妆打扮，准备各种美味佳肴，做出种种媚态来引诱无恼。但是无恼认为自己婆罗门（梵志）的种姓非常高贵不能失毁，再加上不能侮辱自己的师父，所以宁死也不愿意跟她发生任何不清净的关系。婆罗门的妻子极为生气，当婆罗门回来的时候，就把自己的衣服撕破，脸也抓破，身上遍满尘土，一直死去活来地在地上滚来滚去。（法王如意宝在讲这一段的时候说：“有些女人真是特别坏！”又说道：“女人的性格确实不同，有些喜欢老年人，有些喜欢年轻人，这个婆罗门的妻子为了满足自己的欲望而陷害别人，实在不太好！”）婆罗门见此情景忙问什

么原因，开始她一直不肯说，后来又问了一次，她才“委屈”地说道：“本以为无恼是个好人，没想到他趁你走后，欲对我进行非礼，我没有满他的愿，他就把我侮辱成这个样子。你一定要惩罚他！”婆罗门说：“无恼并不是一般的人，他可以力敌千人，种姓也极为高贵，普通人根本惹不起他，跟他作对不太容易，我们必须要从长计议。”然后他来到无恼面前说：“我有一个非常殊胜的秘诀，可以直接成就梵天果位，你愿不愿意学？”无恼特别的高兴，马上在师父面前合掌顶礼，说自己非常愿意学，并问那是什么法。婆罗门说：“七天之内杀一千个人，用他们的手指串成念珠做装饰品，这样你一定会获得成就。”由于无恼非常善良，不愿意做这种坏事，就对师父说：“杀人是坏事，尤其能失毁我们的婆罗门种姓，这一点我怎么样也不愿意做。”但他的师父功夫比较厉害，把长长的刀子插在地上，就开始念恶咒，通过咒语的加持，无恼的心里逐渐生起恶念，到了一定的时候，心智完全被恶咒所迷，提起刀子到处见人就杀。到了第七天，他已经杀了九百九十九个人，还差一个人。当时所有的人一听说“指鬘来了”

就东躲西藏，全国上下根本找不到人影，所以他非常的着急。他母亲由于悲愍他七天不吃不喝（主要是恶咒的力量很强），所以想给他送一点饮食，她想：无恼可能会杀我，但不管怎么样，他毕竟是我的儿子，七天都没有吃一粒米了，我实在不忍心。在送食物的时候，指鬘确实准备杀母亲，母亲苦劝他不要做如此忤逆之事，正在此时，佛陀观察度化指鬘的机缘已经成熟，便化作一比丘在远远的地方走来走去。见到比丘，指鬘心想：她毕竟是我的母亲，还是杀那个比丘好。于是往那个比丘的方向追去。在追的时候，比丘的步伐特别慢，而指鬘虽然一直在跑，但怎么样也追不上，于是就在很远的地方遥唤：“比丘啊，你给我站住！”比丘告诉他：“我一直都是安住的，只是你没有安住而已。”指鬘觉得有点奇怪，问他为什么这样说。比丘答道：“我本来诸根寂静，恒得自在，而你被恶师所惑，随自己的烦恼分别念一直在跑，造下了无量无边的罪业……”一听这些教言，指鬘当下开悟，获得了阿罗汉果位。这在《亲友书释》中也引用过，总而言之，此公案说明了若被密咒迷惑的话，人就会完全失去理智。

在这里，寂天论师以不满的语气批评道：你们这些众生，明明获得了这么好的人身，也具有一定的智慧，若还造恶业堕地狱的话，是不是自己的心被恶咒蒙住了，是不是精神不正常了？现在这么好的机会都不利用，以后堕入地狱那怎么办呢？

据说现在世间上也有种迷魂药，能令接触或享用它的人失去控制能力，完全受他人的支配。汉地有个真实的故事：以前有一位老太太，她在街上遇到一个人，那人给她一点东西吃，她就迷迷糊糊了。后来将那个人带回家，把家里值钱的金银首饰、钱和存折全部给他。由于存折没办法取，她就带他到银行去取款，临走时还跟他挥手说“再见”。回来大概一个小时后，老太太就清醒过来了，虽然当时的整个过程她全部都清清楚楚，但这个人再也找不到了。大城市里面这种现象比较多，有时候确实也没办法，明明知道自己在做坏事，但就是控制不住，完全处于失控的状况当中。

同样，如果我们明明获得了这么好的人身却没有用，那真的跟精神失常没有任何差别了。佛陀在《妙法莲华经》中也比喻道：三界轮回

犹如被熊熊烈火燃烧的房屋，里面的众生就像在火宅中玩耍的孩童，他们丝毫不知自己身处险境，看到小动物四处逃窜，反而认为它们在和自己玩游戏。我们现在就是这样，处于三界的痛苦火焰中却毫不觉察，反而对轮回贪得无厌，认为自己做的事情多么有意义。所以我们应该早点醒过来了，不要再被世间上的幻象所迷惑，一定要唤醒自己、提醒自己、督促自己，这样的话，人身虽然短暂，但依靠这个短暂的人身，今生即使没有解脱，也能获得资粮道的开端。因此，作为一个修行人，现在获得人身时千万不要空耗，大家一定要记住！

下面讲获得人身后如果白白浪费，这是什么原因造成的？颂词中是这样说的：

癸三、观察彼因：

惑患无所知，何蛊藏心耶？

颂词的字面意思有点不好解释，“惑患”是指迷惑的隐患，也就是我们的心被什么东西迷惑住了。先前一点也不知道自己的内心到底藏着什么坏东西，现在经过观察就会发现，无非是烦恼在作怪。

很多道友也有这样的想法：“我明明知道懈

急不好，但修法始终修不起来，背诵也是背不动，做坏事就很有兴趣、很有智慧，也非常的能干，根本不觉得时间长，我的心里究竟藏着什么东西呢？”实际上，佛在《佛遗教经》中已经说了“烦恼毒蛇睡于汝心”，烦恼的毒蛇睡在我们的心里面，随时喷发出剧毒的液汁，要将我们置于恶趣的死地，没有机会获得自在。

我们平时做善事没有勇气、没有力气、没有能力，原因是什么呢？就是心里没有动力。没有动力的原因是什么呢？就是内心潜伏着烦恼。我有时候这样想：现在大城市里面的人，让他每天二十四小时听课、学习大乘佛法，这是根本办不到的事情，但是让他一个礼拜中听两三节课，或者只听一节课，有些人还是很勉为其难。既然二十四小时无法专心致志地观修，那给他一个最低的条件，每天能不能抽出三十分钟来观观自己的心，修一修菩提心呢？这也相当的困难。所以通过这种方式可以看出，我们心里肯定藏着一个坏东西，不然的话，人都是一样的，噶当派的高僧大德是人，我们现在也是人，可我们为什么贪嗔痴、嫉妒、骄傲等烦恼充满，他们却与我们恰恰相反呢？无垢光

尊者在《大圆满心性休息》中也曾说过：“给你讲也听不懂，开示也不能领悟，到底你心里藏着什么东西？是一个巨大的铁球，还是一块大石头？”[36]

可能很多人都有这种感觉，有些人四五部论典背得特别好，平时的考试、做善法非常有能力，而有些人造恶业的时候又聪明又能干，做善事的时候特别脆弱，身体不好、心情也不好，各种各样的违缘障碍层层出现。这是什么原因呢？就是烦恼在作怪，并不是你精神不正常，也不是你最近好像要发生什么事，根本不是！

实际上，不管是寺院里的出家人，还是大城市里的在家人，经常观自己的心、对治自己的烦恼，这不会让你太忙。现在有钱的人特别忙，有地位的人特别忙，没有钱的人、没有地位的人也特别忙，为什么呢？就是我们没办法控制烦恼，如果能控制烦恼的话，很多事情是可做可不做的。以前的高僧大德们修行时间那么多，获得的效果也不像我们现在这样，而我

[36] 颂云：“虽已如是作开示，然却毫不生厌离，我心真如巨铁球，或如石头无有心。”

们呢，尽管说自己是修行人，但一辈子用了多少时间在学习佛法、修行佛法上？问一问自己，结果很快就出来了！

此颂是一个连接文，下面具体阐述怎样断除烦恼。

庚三（谨慎所断烦恼）分三：一、观察所断烦恼；二、生起断除欲乐；三、能断除烦恼而生欢喜。

辛一（观察所断烦恼）分二：一、思维烦恼过患；二、作意烦恼非为所依。

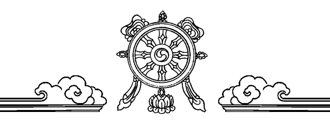
壬一（思维烦恼过患）分三：一、非理损害；二、作大损害；三、教诫切莫依止烦恼。

癸一、非理损害：

所谓的烦恼，没有理由无始以来一直损害我们，真正用智慧来观察时，它是可以被遣除的：

> 嗔贪等诸敌，无手也无足，
> 非勇非精明，役我怎如奴？

前文中已经说了，烦恼到底以什么方式来损害我呢？下面就可以观察到，所谓的烦恼，不管是广分八万四千烦恼，还是归纳为三毒、五毒，贪、嗔、痴、嫉妒、骄傲、无明愚痴等



这些烦恼，它们都是我们修行中最大的障碍、最可怕的怨敌，如果用智慧来进行分析，这些怨敌是可以对治的。因为它既没有抓我打我的手，也没有追我的脚，还没有诽谤我、挖苦我的嘴，更没有能力拿着兵器来摧毁我。大家应该清楚，不管用显宗还是密宗的智慧来进行观察，烦恼实际上没有颜色、没有形状、没有来去住等等，它的本体就像虚空中的阳焰一样，完全是一种虚伪不实的法。另外，烦恼随眠与懒惰相应，并不是像英雄好汉那样能摧毁无数的人。它没有崇高的智慧，也没有无碍的辩才，是与无明相应的一种心所。既然如此，烦恼为什么能把我捆得紧紧的，一点自由都没有？就像牦牛被鼻绳拴在桩子上一样，我们如奴隶一样被烦恼支配使唤，日日夜夜都随它而转，这是什么原因呢？每一个人都应该详细观察。

有时候看起来烦恼真的非常可怕，贪心嗔心一爆发起来，自己对自己都没有信心了。比如正在生起贪心的时候，根本没有羞耻之感，也没有正知正念，什么样的智慧都无法控制，事后想起这种状态来，自己也会不好意思。如果生起了猛厉的嗔恨心，旁边多少个人劝也没

有用，不管前面有什么东西，自己都会拿起来打人，样子就好像是发疯了一样，过段时间回忆时，也是非常后悔。正如《大智度论》中所说："能令心烦，能作恼故，名为烦恼。"烦恼无始以来给我们带来了极大的麻烦，但是如果仔细地观察，它不像世间上的敌人一样可以拿着刀枪跟自己砍杀，烦恼没有脚也没有手，是内心中藏着的一个特别奇怪的东西，如果真正用智慧来分析，不管是嗔心、贪心、无明哪一种烦恼，都是根本不存在的。《俱舍论》第五品中说："有之根本六随眠。"三有的根本就是贪嗔痴等六种随眠烦恼，这些烦恼是怎样损害众生的呢？这方面的确值得观察。

麦彭仁波切在教言中说：国王不能降伏的勇士，女人却能够降伏他。可见，在烦恼面前，再骁勇的人也不得不规规矩矩地投降。所以烦恼是世间上最可怕的敌人，一旦生起了烦恼，不管你是法座上的上师、伞盖下的大德，还是世间上不可一世的伟人英雄，都会在它的驱使下造作各种恶业。古往今来的历史足以证明，在烦恼面前不投降、不折不服的修行人不太多。

明白烦恼对我们的危害性之后，作为修行

人，一定要分析烦恼的本质到底是什么？当然，显宗中有一些如梦如幻的观修方法，生起烦恼的时候，可以用这种方式来对治；而密宗大圆满的本来清净中，可以用虚空般的见解来摄持，以此断除自相续的恶分别念，令所有的烦恼消于虚空，一点一滴也找不到了。作为一个修行人，我们应经常观察自相续中的烦恼，这里是讲"不放逸"，如果放逸的话，自己在烦恼面前就没有抬起头的勇气了。

其实，修行特别特别精进的人，烦恼对他造的危害也非常多；如果是中等的修行人，烦恼造的危害也是中等的；如果他相当懒惰，每天都在睡大觉，那烦恼敌人就十分高兴，经常给他开绿灯，让他做任何一件事情都非常顺利。前段时间觉姆那边有人问："今年我们闻思特别精进，但死的人也多，病的人也多，这是为什么？"我说："你们应该多看一下噶当派的教言，里面曾经说过，越精进的话，障碍违缘肯定越大。"但在这些违缘面前，我们不应该今天有点生病了，魔王波旬稍微造了一两次违缘，自己就永远倒下去了，而是应该不管怎么样，除非是死了没办法，一般的小病小灾、家里亲朋好

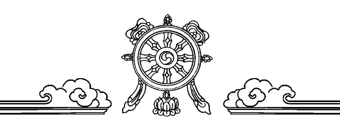
友的一些违缘，根本不会动摇修法的决心，自己立下的誓言就像须弥山般稳固，如此一来，魔王波旬及其眷属也会羞愧难当，对你加害实在是无能为力了。

所以说，修行的时候，非常精进的人肯定有很多很多违缘，这是一个必然规律。但是遇到违缘的时候，最好不要特别执著，不要经常杞人忧天，天天都担心会不会出现违缘，我觉得这没有必要。弘法利生也好，自己修行也罢，应该在力所能及的范围内随缘而行，这样心里就不会苦恼了。总的来讲，在修行佛法过程中，大家一定要精进，而在精进的过程中，烦恼可能随时对你进行损害、制造违缘，但无论如何，我们也不应该变成懦夫！

下面是说不应该对烦恼修忍辱。有些人忍辱修得特别"好"，烦恼怨敌天天作损害，但他却认为"我已经发了菩提心，对所有的众生、非众生都要修安忍"。该忍的地方不忍，金刚道友或者其他众生来了，他便恶口相骂；不该忍的烦恼却要修安忍，显得特别的慈悲，这种做法是不合理的，寂天菩萨就专门批评了这些人：

惑住我心中，任意伤害我，





犹忍不嗔彼，非当应呵责。

烦恼住的地方不是牛粪棚，也不是房子、帐篷或别墅，而是潜伏在我们众生的心里面。它就像怨敌一样随心所欲、肆无忌惮地加害我们，怎么样加害的呢？它的方式跟真正的怨敌有所不同，怨敌当面或背后掠夺我们的财产、生命，但是这个烦恼，能不知不觉中让我们堕入地狱等恶趣，加害的程度相当深。无始以来，它生生世世害过我无数次，现在也是经常地加害，让我动不动就产生嗔恨心、嫉妒心、傲慢心，只要它的习气种子没有斩断，我的心就是它最好的住处、最好的家庭，稍有不高兴的话，它轻而易举就能害到我。

有些人本来每天都开开心心的，心情很好，做事情也非常圆满，可是烦恼分别念一生起的时候，马上就变成了忿怒金刚，平时感觉这个人很不错，但遇到一些烦恼时，就变得相当可怕了。我们有些道友还算可以，但有些人不管是说话也好，做事也好，一旦自己"发病"了，不要说旁边的人，就连石头都害怕，有时候小石头都是滚来滚去的。

烦恼无始以来都在害我们，如果认为"我

千万不能害烦恼，不应该对烦恼报仇，一定要修忍辱心”，这种想法是非常不合理的，是没有志气的一种表现。“犹忍不嗔彼，非当应呵责”，假如对烦恼不嗔不怒，一直忍气吞声，这样的做法极应呵责！

在生起烦恼时，我们应像噶当派的奔公甲那样，如果发现自相续中有虚荣心、傲慢心，马上用灰尘撒在佛台上，以表示对烦恼的一种反抗[37]。所以，自相续不清净的时候，我们应该用一种方式马上惩罚自己，倘若没有这样做，在烦恼面前一直乖乖地悉听尊便，随它而左右，那是非常愚痴的行为，十方诸佛菩萨、高僧大德及传承上师们都会严厉呵责的，说：“这个人一点智慧都没有，该忍的众生面前，他修的忍辱一点都不好，不该忍的烦恼面前，他竟然一直都在修安忍！”

上师如意宝以前也讲过：当我们生起烦恼的时候，尽量在刚开始的时候对治它，如果实

[37] 《大圆满前行》中云：从前，有许多施主预先约定前来拜访奔公甲格西，当天上午，格西在三宝所依前摆设供品，装饰得极其美观。当时他观察自己的动机，结果发现竟然是为了在施主们面前显得庄严的不清净心态，于是顺手向三宝所依和供品上撒了一把灰，并自言自语：“你这个比丘不要那么虚伪。”帕单巴尊者得知此事后说：“西藏的所有供品中，要数奔公甲的那一把灰尘最好。”

在对治不了，则应当自己呵责自己，或用棍棒石头狠狠地打自己，“我这个人真是很坏，听了那么多法、学了那么多法，还要生这种分别念，还要生这种恶心”，自己如果对自己这样惩罚，逐渐逐渐这种恶分别念就会减少的。有些道友在背书的时候，今天背下来了，明天就忘得一干二净，不要说是背，就算读起来也磕磕巴巴，好像觉得没有希望了，于是他就不吃不喝，或者用东西开始打自己。这种惩罚方式是很好的，我们相续中如果有了无明、嗔恨、贪心的烦恼，确实一点自由都没有。

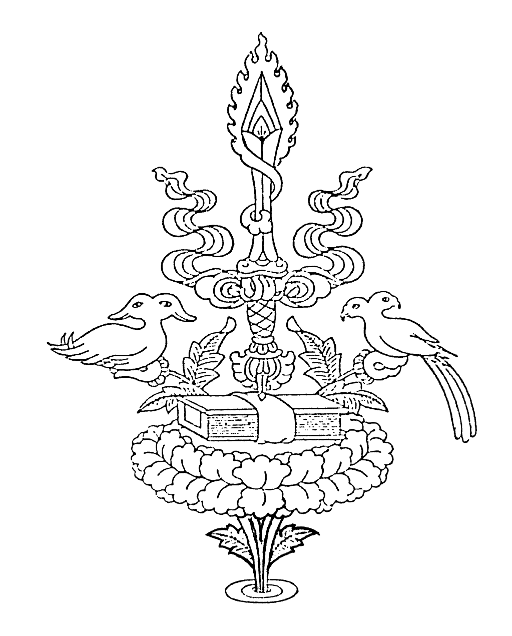
我看外面城市里的年轻人，有些学得特别差，什么基本佛理也不懂，皈依了很多年，仍然贪心、嗔心一大堆。尤其是一些年轻人，整天都是被贪心所转，心心念念是自己的朋友或者亲戚财产地位，真正的佛法对他来说完全是次要的，这样肯定学不好，毕竟一个人同时做两件大事是非常困难的。还有些人被嗔恨所牵，对怨敌一直怀恨在心，伺机报复，这样学大乘佛法也肯定学不好。另外，有些人被无明愚痴所蒙蔽，每天就跟牦牛一样迷迷糊糊的，假如一直都是这种状态，学佛肯定也学不进去。当

然，这也不能一概而论，大城市里也有个别非常优秀的修行人，看到他们的行为，我们这些住在山沟里的修行人都觉得非常惭愧。他们一边搞工作，一边把自己的功课安排好，每天该学的、该背的、该修的全部能完成，而且也学得相当好，跟这些人比起来，我们这些穿着袈裟的人也有点不好意思了。但这样的人只是少数，大多数人都是被金钱所转、被地位所转、被饮食等各种琐事所转，自己没有任何自由，原因是什么呢？就是烦恼在中间搞破坏。

作为一个大乘修行人，我们应该对烦恼作一些惩罚，经常对它深恶痛绝。烦恼毕竟是有为法，久而久之，它的相续就会隐没的。我们也看得出来，米拉日巴、憨山大师等高僧大德，他们没有真正趋入大乘之前，有些行为跟凡夫人也没什么差别，但后来通过强大的对治力，他们终于成就了无上的菩提果，给后人留下了不可磨灭的形象。

因此，在短暂的人生中，我们没有必要整天都被烦恼控制，而应该跟它英勇搏斗，进行一场殊死的血战。当然，作为一个凡夫人，全部断除烦恼有一定的困难，麦彭仁波切在有些

教言中说：“所有的烦恼习气要从根本上断除，就连一地菩萨也做不到，细微的习气是修断的境界，所以对凡夫人来说是不可能的。”但是，只要知道了烦恼的危害性和解脱的功德，从今以后所作所为往好的方向迈步，我们的性格习气必定会有所改变，有了一定的改变，这就是修行的成效。所以大家应该经常祈祷上师本尊，在生起烦恼的时候通过各种窍诀来进行对治，即使不能从根本上断除，也应该尽量地减少，以如理如法来要求自己！



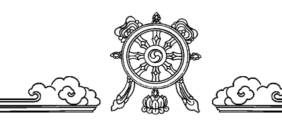
第四十二节课

本论还没有宣讲之前，先跟大家说两件事情。

第一件事情，现在这部论典的前几品已经讲完了，还有相当一部分内容没有讲，在这里我提一个希望，希望大家不要中途放松下去。因为学习这样一部论典非常不容易，上师如意宝以前也讲过："今生若断了非常殊胜的大乘佛法的传承，生生世世都会遇不到佛法，或者即使遇到了，中间也会经常出现一些违缘，令自己不能圆满完成。"这种不好的习气最好不要延续下去，否则对来世是个不好的开端，也是个不好的缘起。

我现在依靠各种方便方法来传讲，虽然你们不一定非要在本人面前听，但首先必须要圆满声音的传承，听的过程中不要打瞌睡，边听边说话、做事情都是不合理的。既然你要听佛法，前面已经讲了闻法的基本轨理，应当按照那个要求来听受，这一点非常重要！

有些人听了一段时间后，觉得没有意思，似乎没有什么内容，尤其前世对大乘佛法串习



不太深的人，经常产生这类恶念邪见。所以我非常希望大家能够听受圆满，一部论典若没有圆满的话，其他论典也是很困难的。一般来讲，学习佛法时大家应该有个长远安排，不要认为一两个月或一年当中听完就可以了，所谓的听受佛法，要像以前的大成就者和修行人那样，最好是自己的有生之年。如果实在做不到，每天或每个礼拜中抽出一点时间来学习，作为修行人也是应该的。

外面的在家人空出时间非常困难，这一点我也能理解，但从目前的状况来看，百分之八十以上的人还是可以的。有时候我看见一些人不争气，心里就有点不高兴，但有时候发现有些人还是很不错的。毕竟许多人以前没有这方面的习惯和传统，现在通过这种方法来学习佛教的基础知识，对他们来讲，我认为是有意义的。因为佛教的教义这么殊胜，大家都具有知言解义这一人的法相，享用了这些法要后，很多人修学佛法的愿望相当强，所以听受《入行论》应该是有很大利益的。当然，在听受的过程中，可能会出现一些违缘或者不顺心的事情，这也不一定是听了佛法才出现的，生活中本来

就有这样那样的坎坷，这完全是自然现象，作为修行人来讲，你们也不要太执著。这是第一件事情。

第二件，现在这种听法的机会非常来之不易，这并不是我一个人传完法就可以了，还需要借助很多人的帮助和支持。不管是整理法本也好，制作光盘也好，都需要具有智慧人的力量，我们这里有许许多多人的参与，这跟他们的智慧和功夫是离不开的。尤其是《入行论广解》和光盘，确实需要有信心人的帮助和支持，所以就我个人而言，非常感谢支持我们弘法的这些道友和佛友。

你们也知道，我一个人的力量很薄弱，虽然心里很想依靠佛法来利益大家，且在这个过程中，通过佛法赚钱、搞世间法、搞政治经济，连梦中都没有这样的想法，只希望对方若是真正的法器，我们就将佛法无条件地送到他的家门口。虽然有这种想法，但如果没有很多人的帮助和支持，我一个人也无能为力。现在的因缘十分殊胜，凭借很多人的发心和帮助，大家才有缘学习《入菩萨行论》。我非常感谢支持弘扬大乘佛法的这些道友，不管是提供网络空间，

还是提供人力物力，这么多人共襄善举，如果不是菩提心的力量，谁也不一定能坚持下来。因此，你们应该感谢这些人，并将听闻所得的一切善根回向给众生，愿六道父母早日解脱轮回苦海。

同时，大家在学习辅导的过程中，一定要认真。尽管我本人学得不好，但怎样学习佛法、通过什么途径令自己获得智慧，这种经验应该算是比较丰富的，二十多年来的讲法经验表明：任何一个人学习佛法，不能当成一两天的事情，学完以后要反复温习，才能令自相续得到真实的受益。外面有些人将法本一而再、再而三地反反复复看，有些法本可能是质量问题吧，已经开始散架了，因为他看得太多了，一看法本就知道哪些人比较精进，哪些人不太精进。包括我们学院中的道友，谁精进谁不精进，从法本上也看得出来。有些人上课时就拿上法本，下课后就把它放在那儿，从来也不动。而有些人并不是这样的，他们反反复复地背诵，一直在翻，通过这种途径才能真正生起菩提心。另外，我们还通过考试、辩论、研讨、辅导等各种方式，让大家进一步深入法义。

虽然从表面上看来，《入菩萨行论》不是特别的难懂，但如果没有下一定功夫，只是听一遍而没有在相续中串习，这样也是没有用的。打个比方说，现在你非常口渴，虽然知道水能够解渴，但只是知道而不去喝行不行呢？这是不行的，为了解除自己的干渴，一定要去饮用。所以大家听完以后，不要只是在文字表面上过一下，也不要为了完成任务而学习，更不要喜新厌旧，辅导几次就厌烦了。现在有部分居士学得相当不错，从开始传讲到现在，基本上每个礼拜都没有断过，而且一直坚持共修。如果是这样的话，不管你住在城市里还是寺院中，对自相续一定是有帮助的。倘若没有下一点功夫，做任何事情都不会成功，甚至挖一块地也是如此，想自然而然形成恐怕是不现实的。

对我本人来讲，今年这种弘法方式的确有一定的压力和困难，但一想到大家学佛的心如此之切，再怎么样困难，我也要尽心尽力去做。今天去马尔康看门措上师，早上大概四点钟起来，现在刚刚下车就赶来上课，好多道友都劝我不要来，一路上一直都在颠簸，确实有点累[38]，

[38] 门措上师在马尔康住院，上师去一趟要十多个小时，本可以在那里多呆一天，但为了不影响大家的学习进度，当天就匆匆赶回来了。道友们原以为今天不上课，但上师却准时走进了经堂。且上师一天都没怎么吃饭，晚上只喝了一点糌粑汤。

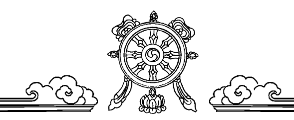
但我想这么多人都在等我，不能以一些简单的理由就随便断了。前段时间，中央统战部也通过各种方式来让我去开会，后来被我婉言拒绝了，一方面确实身体不太好，另一方面，实在不想耽误大家的学习。我们作为修行人，学习佛法是最重要的，世间上的一些事情，我自己可能兴趣不太浓。其实每个人都有各种各样的琐事，大人有大人的事情，小人有小人的事情，谁都没有时间，但对我来讲，自己闻思修行、给别人讲经说法，是我有生之年最愿意做的。这并不是我偶尔一两天的心情，在座有些道友跟我接触十多年、二十年了，这么多年的互相了解，应该知道这一点。尤其是上师如意宝，他老人家将讲经说法和听经闻法放在什么样的位置上，每个道友都心中有数。我虽然赶不上上师的足迹，断证功德也好，慈悲菩提心也好，就连百分之一、千分之一上师的功德都没有，但不管怎么样，自己还是要追随以往高僧大德的传统，将众生的慧命视为最重要的。

外面的有些道友，今天出差断传承了，明天跟某个上师朝山又断传承了，后天到寺院里去还要断一个传承，听到了这些，我觉得自己的想法跟他们是不相同的。以前我不管依止哪一位上师，都将听经闻法摆在最重要的位置上，虽然拜见上师也没什么不可以的，但若因此而断了传承，恐怕我是不会这么做的。要知道，表面上的学佛谁都做得来，但我觉得大家不要今天借口、明天借口，动不动就随便断传承。当然，大多数人可能不是这样的，这一点我也有信心，但也有个别人只是在这里挂个名，随便应付一下而已。所以今后的"菩提学会"可能需要调整，如果你愿意参加的话，考试、背诵和辅导应该会管得越来越严，否则光是形象上的学习，我是不太满意的。包括学院里的很多道友，也应该认识到这一点，不然的话，如果没有任何压力，我在这里每天辛苦地传讲，对大家也不一定有很大的利益。要知道，我之所以这样宣讲佛法，就是为了让大家得到利益，你们若真正愿意学习的话，希望不要只是一种形象，而应当从工作中或生活中空出一部分时间来学习。

我今天特别要求大家，在学习过程中不要放松，才学了这么一点，没有什么可放松的，一部论典若没有圆满，那五部大论、千经万论的闻思修行，是根本没办法想象的。当然，有些人可能是因为前世的习气吧，一听说闻思修行，就特别没信心，而做一些乱七八糟的事，他就非常有信心，但按照萨迦班智达的观点，你们即生中没有听闻佛法，对佛法方面不产生兴趣的话，那么来世会更加可怜。所以今生遇到了这样的佛法，大家一定要认认真真地学习。

有些人问我："看书可不可以得传承？"当然是不可能的，看书怎么得传承？得传承必须要口耳相传，你连听都没有听，或者在听的过程中根本没有圆满，只是想听的时候听一下，这是不可能得传承的。但如果你听得非常圆满，我自己认为，依靠以前上师们的窍诀和现在一些高僧大德们弘法利生的方法来推理，应该是可以得到传承。现在你们住在自己的家里，轻而易举就能获得这样殊胜的传承，做梦都不一定有这种机会，所以希望大家中间千万不要放松。

这是我今天所提的两个希望。



下面继续学习，今天所讲的内容是烦恼对我们的危害非常大。

癸二、作大损害：

纵使天非天，齐来敌对我，
然彼也不能，掷我入无间。
强力烦恼敌，掷我入狱火，
须弥若遇之，灰烬亦无余。

前面已经分析了，所谓的烦恼住在我的心里面，无始以来都在害我。可能有人会问："烦恼的危害程度到底是什么样呢？世间上我们也经常遇到违缘障碍或是怨敌的损害，烦恼的危害跟这些相同吗？"下面就是寂天菩萨的回答：烦恼的危害，是任何仇人怨敌都无法相比的，它的时间十分漫长，力量极为强大，范围也相当广阔，从几个方面来观察，烦恼对我们的危害根本无法用语言来表达。

世间当中，威力最大者莫过于天神、非人、阿修罗，即使他们全部与我为敌，最多也只是抢光我的财产，杀死我的亲朋好友，甚至夺去我宝贵的生命，除此以外他们也无计可施。譬如我遇到一个可怕的魔鬼，即使它的力量再强大，最多是夺走我的生命，而不可能将我投入

无间地狱的烈火当中。世间上的敌人也是如此，纵使美国、德国、英国等当今强国一起联手来对付我，用坦克、火箭等高科技武器来攻击我，最多就是将我杀死，或者将我的家人亲友投入监狱，除了这些以外，也没有再残暴的手段了。所以，不管是人也好、非人也好，他们伤害我的唯一方式仅此而已。

世间人经常认为："这个人害过我无数次，他用刀子刺入我的身体，用恶语来毁谤我，把我的财产全部抢光了，我做生意的时候也从中制造违缘，他就是我不共戴天的仇人！"《中观宝鬘论》里面讲过九种生嗔的对境，不外乎都是对我和我的亲友产生损害而已。人们认为是这种人是自己的怨敌，进而对他生嗔恨心，但实际上真正用智慧来分析时，他们的危害并不是非常过分，也不是相当严重，因为他们再怎么样，也不可能让我们堕入无间地狱，在无量的岁月中感受熬煮剖割等痛苦。

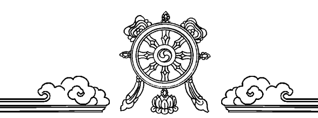
而烦恼敌人与之完全不同，怎么不同呢？前面也分析过，烦恼就住在我们的心中，如果没有严加防护，一旦它爆发出来，很容易让我们因贪心而破戒，或是因嗔恨心而毁谤金刚上

师等严厉的对境，以及造五无间罪等等。我们在烦恼的驱动下，如果造下了这样的恶业，不仅毁坏了今生的一切善根，来世也会堕入地狱，生生世世在熊熊的烈火中受苦。

地狱的痛苦是世间上任何一种痛苦也无法相比的。龙猛菩萨在《亲友书》中说：在此人世间，一日之中不间断被三百短矛猛烈刺入身体，这种痛苦非常的可怕，然而，此痛苦与所有地狱中最轻微的痛苦（复活地狱的痛苦）相比，也不及它的一点一滴，根本无法同日而语[39]。既然复活地狱的痛苦都如此难忍，那烧热地狱、无间地狱的痛苦就更不用说了。

热地狱里的熊熊火焰，非常猛烈炽热，即使是非常坚硬的须弥山遇上，也会在一刹那间化为灰烬，连微尘许也不可能留下，完全变成一片虚空。可见，地狱火的热度，是世间上任何一个高温也无法相比的。我们有时候可以这样想：一个小小的火星溅到身上，我们都会烫得要命，连声叫痛，或者平时用针灸治病，稍稍被火焰接触身体，我们也会叫苦连天，可是

[39] 《亲友书》云："于此一日中感受，三百短矛猛刺苦，彼较地狱最微苦，难忍之分亦不及。"



在地狱当中，熊熊狱火在千百万年中一直焚烧我的身体，让我死了又活，活了又死，这样翻来覆去的痛苦，谁能受得了？

世间上的任何一个敌人，最多是把我关入监狱或者令我离开人间，这种痛苦虽然非常难忍，但过了以后也不可能生生世世受苦。而烦恼的敌人，不管是贪心嗔心，还是嫉妒傲慢，都有能力将我投入无间地狱，因此，千万不能把烦恼当作自己的密友，一定要全力以赴地对治它。佛陀在《别解脱经》中说："如果遇到了毒蛇，最多不过是丧失生命，但如果没有对治烦恼而触犯戒律，将会十万劫中在地狱受苦。"所以我们应该尽力断除自相的烦恼。当然，讲到大乘的不共观点时，"烦恼即菩提"的说法也有，但就我们现在而言，暂时还没有达到这种境界，因此在烦恼生起的时候，还是要尽量地对治。

《法句经》云："千千为敌，一人胜之，未若自胜，为战中上。"意思是说，一个人即使战胜了千万个敌人，被人们称为了不起的英雄，也不如战胜自心烦恼，成为真正的智者或修行人。在《大圆满前行》的后面，华智仁波切也

引用了阿底峡尊者的一些窍诀说:“如果相续中具有烦恼，这不叫名副其实的修行人；如果能摧伏烦恼、对治烦恼，这才是真正的修行人。”所以作为一个修行人，首先要看清烦恼的过失，知道它对我们的危害性，这样一来，自然就不会与它为伴了。打个比方说，如果我们看见一件衣服，开始时觉得它很好看，后来知道它是杀害动物用毛皮做的，就会对这件衣服失去兴趣。同样的道理，修行人首先应该认识到烦恼的过失。然而，世间上很多人不是这样，他们不但不觉得烦恼可怕，反而对它歌功颂德。贪心非常重的人，会赞叹千姿百态的美女；嗔恨心非常重的人，会赞叹英勇无畏的英雄；愚痴心非常重的人，会赞叹那些懂得享受、会睡觉、会过生活的人。世间人的很多想法，跟我们修行人完全不同，他们赞叹烦恼的一切“功德”，而我们依靠佛法的智慧来剖析，确实没有点滴成分值得赞叹！

吾心烦恼敌，长住无尽期，
其余世间敌，命不如是久。

上一颂是讲烦恼的危害程度，这一颂则是讲烦恼的危害时间。要知道，烦恼敌人对我们

的损害并不是一天两天、一年两年，或者一生一世，从无始以来到现在，它始终都在害我，任何敌人的寿命也不可能长达这么久。

有些人可能认为:“我现在无忧无虑的，烦恼怎么会是害我呢？”千万不能这么想。前世我们变成牦牛或者堕入地狱，其实都是拜烦恼所赐，它害我们的次数虽然现在想不起来，但想不起来也实际上害过无数次，这一点通过推理也可以了知。而仅仅是这一辈子，从小到现在，烦恼没有一天不害我们的。有时候自己想好好地闻思修行、好好地看书，在那个时候，就突然出现一些嗔恨心，令自己的心没有自由。有时候自己想做一个好人，但经常不由自主地生起贪心或嫉妒心，只有随它而转。

有些人上午还算是好一点，但下午就开始起烦恼，行为简直判若两人；有些人白天平静一点，晚上却控制不住烦恼了；有些人晚上还可以，白天一见到对境就烦恼丛生……一天二十四小时当中，魔王波旬不断向我们发出贪嗔痴等五种毒箭，以五毒为主的八万四千烦恼害过我们多少次？可能谁也算不出来。它不仅仅无始以来一直害我们，现在也是正在害，如果

现在害了，过段时间不害也不要紧，但是在未来漫长的轮回时日中，只要没有斩草除根，它就会不断地挥舞魔爪，将我们一次次推入恶趣的深渊。而世间上的敌人绝对不会有那么长的寿命，有些已经死掉了，有些没过几年就变成了你最好的朋友。

从我自己的人生经历来看，像烦恼那样危害大、时间长的敌人，今生中从来没有遇到过。尤其是出了家以后，没有跟任何人打过架，也没有跟人吵过架，虽然有时候看到有些人不太争气，我就好心好意地批评几句，但为了自己的事情，从来没有和人争吵过。不像以前在家的时候，小学也是打过架，中学也是打过架，但不管怎么样，过一段时间后，我们都会变成好友，没有留下什么伤痕。记得以前读师范的时候，有个同学叫拉尔基，我们两个经常合不拢，有一次我正在打开水（当时学校规定每人一天只有一暖水瓶开水），他对我的态度有点不好，我也对他态度不好，然后两人就吵了起来。吵架的时候，我实在说不出什么难听的话，看到前面管开水的老太太叫善良，她长得特别难看，就说："你这个人很坏，你就像善良！"他可能

也说不出什么，便说："你也像善良！"这话正好被善良老太太听到了，她就特别的不高兴，当天没有给我们开水。本来我跟那个老太太的关系比较好，因为我经常喜欢在寝室里面看书，每天中午打饭的时候，饭菜里的鱼我不敢吃，就把它给老太太，所以她经常给我提供开水。结果当天我们一吵架，那话被她听到了，善良从此以后再也不理我了。然后过了大概一年的时间，我和拉尔基的关系就非常好了，没有什么了。这就是我在读中专时印象最深的一件事，现在回想起来，觉得世间上的敌人害自己的时间真的很短，以国家与国家之间为例，以前中国与日本的关系很糟糕，美国和中国的关系也不太好，但过了几十年以后，彼此就互相谈判了。所以国家与国家之间、人与人之间，任何一个敌人害我们的时间不可能像烦恼一样长。

烦恼如果一直不断地加害我们，我们在轮回中永远也不可能解脱，龙猛菩萨在《大智度论》中有这样一句话："不眠夜长，疲倦路长，愚生死长，未知正法。"失眠的人觉得夜晚十分难熬；疲惫不堪的旅人，觉得漫漫路程遥不可及；而愚痴众生，在轮回生涯中的路程更为漫

长，原因是什么呢？就是不了知一切诸法无我的空性。

作为修行人，我们现在遇到了这么好的正法，一定要像盲人遇到大象的尾巴一样紧抓不放，全力以赴地精进修行。当然，修行并不是一天两天的事，我们若能将一辈子的精力和时间花在修行上，一定是会有所成就的。我以前特别喜欢格鲁派的格西噶登惹巴，他的一句话是这样说的："我从十一岁开始闻思经论，到现在七十多岁了，这之间每天都未中断过对经论的闻思修习，经过这六十多年刻苦努力，终于真正证悟了佛的密意。"我们如果也像他一样用这么长的时间，即使最后没有证悟，相续中也会得到不可退转的信心和定解。

这些道理，一而再、再而三地反复强调，并不是我喜欢啰唆，但正如旃扎古昧论师所讲的那样，重要的问题必须要多次重复。很多人认为学佛只是暂时的消遣，随随便便做一两件好事就可以了，这种想法是不对的，一定要把所有的精力都花在佛法方面，到一定的时候，自己相续中的烦恼才会逐渐减少，对佛法正理的了解才会有所增上。所以佛法的伟大在什么

地方？就在于它的颠扑不破，经过了这么长时间的历史检验，佛教的精神和智慧是任何人也无法找出漏洞的，它的发展非常平稳，不像世间上那些特异功能、气功等突然轰动一时，什么稀奇古怪的事情都会发生，成千上百的人蜂拥而至地信仰它、学习它、修持它，但过了两三年或五六年后就全部消失无迹了。可是我们佛教呢，有智慧的人一直在不断地研究，不断地成就，它的发展跟世间上奇奇怪怪的学问是完全不同的，就像前段时间有个人所说："我还是非常有福报的，不然，以我过去的见解很有可能加入外道，现在遇到了佛法，才知道一切万法的真理就在其中。"

所以大家在学习的时候，不要觉得今天在佛法中找不到什么，明天就到别的地方寻找一个精神庇护。如果这样想的话，你一只脚还没站稳，另一只脚就想抬起，可能是会危险的。对于佛法，我们不要想太多，只要认认真真地按次第修持，相续中的烦恼肯定会逐渐减少的。

依靠上师如意宝的加持，我们学院每天有这么多的人闻思修行，看到这种情景，有时候真的非常欢喜，这些闻思修的功德，如果能变

成色法的话，整个虚空界也很难容纳。倘若在其他道场中，一天两天的讲经说法，一天两天的听经闻法，谁都不会觉得特别困难，但有些道友在这里呆了这么多年，言行举止确实有了明显的改变，刚来的时候行为也是怪怪的，一直想求神通，马上要得成就，但逐渐逐渐自己就归顺了，已经步入正轨了。

所以我再三提醒大家，佛教的基础非常重要。如果你没有完成一年级、二年级的学业，直接就想读大学，恐怕好多老师都不会认可的。同样的道理，现在很多人听说大圆满非常殊胜，大威德、大手印非常殊胜，就马上依止一位上师，要求给自己传这些无上密法，自己马上要获得成就（当然包括我在内，刚开始的时候也有这种想法）。虽然想得特别美，但学习了一段时间才发现："哦，原来我的想法太简单了，小学、中学、高中都没有读，一开始就要得大学文凭，要当一个大学教授，恐怕除了非常利根的人以外，这是有一定困难的。"因此学佛应该一步一步来，在这个过程中，自己尽量对治相续中的烦恼，这是至关重要的一件事情！

下一个颂词教诫大家千万不要依止烦恼，

不要认为生起了烦恼，自己有多么了不起。

癸三、教诫切莫依止烦恼：

若我顺侍敌，敌或利乐我，
若随诸烦恼，徒遭伤害苦。

如果对敌人顺从其意、百般承侍恭敬，那他很有可能会帮助我们，但若随顺一切烦恼，后果只能是徒劳无益地遭受更大的痛苦与损害。

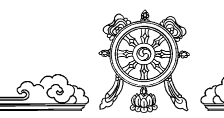
大家都知道，世间中人与人之间发生矛盾纠纷，即使双方有血海深仇、世代为敌，通过对敌人恭恭敬敬，时时刻刻都随顺他、听从他，这些人也毕竟是人，到了一定时候很有可能不但不加害，反过来对你进行帮助。人生几十年，我有时候也遇到这种情况：刚开始的时候两个人的关系非常糟糕，但到了最后，我竟然依靠他而成就了某些事业。所以在这个世间中，如果我随顺怨敌，很有可能后来他会帮助我、支持我，令我各方面获得利益。

可是烦恼并不像这样，你越是恭敬它，听从它的命令，它就会越猖狂，越不把我们放在眼里。比如你相续中生起愚痴心，每天都随顺烦恼睡大觉，今天随顺它睡到七点钟，明天它

觉得还不够，要求你继续睡到七点半，你如果睡到七点半，它还要求你睡到八点钟……越是随顺，它就对你越不在乎，并且给你带来更多的伤害。嗔恨心和贪心也是如此，诚如《佛子行》中所讲，如果你放纵自己的贪心，那就像喝盐水止渴一样，越享用就越麻烦。现在的世间人就是这样，尤其是一些城市里面的人，对不如法的行为早已经习惯了，如果让他们暂时停止这种生活，他们就会觉得度日如年，而我们出家人或者持梵净行的人，成千上万的人在有生之年中过着清净的生活，确实能对治自己相续中的烦恼。

假如一直随顺烦恼，它就会把我们害得越来越惨。自古以来也可以看到，随顺烦恼而获得满足的人有多少呢？一个也没有。而通过佛法的智慧对治烦恼获得成就的人有多少呢？可以说无量无边。所谓的烦恼就像毒蛇一样，越接近它、越依止它，自己的处境就越危险，它没有任何慈悲可言，不管你怎么承侍它，它都会突然咬你一口，让你中毒身亡。

在胜伏烦恼方面，噶当派的大德给我们留下了许多殊胜的教言，如朗日塘巴在《修心八



颂》中说：“愿我恒常观自心，烦恼妄念初生时，毁坏自己他众故，立即强行而断除。”对此大家理当铭记于心，在生起烦恼的时候，依靠传承上师的这些窍诀来降伏它。当然，学过大圆满、中观无我空性的人，如果能用这些智慧来照破烦恼的本体，便可以使它无机可乘，无垢光尊者在《大圆满禅定休息》中也引用过很多般若空性的教证，宣讲了将烦恼观为幻化的道理。另外，当我们生起贪心等烦恼的时候，还可以分析它到底在什么地方，它的本体是什么，颜色是什么，形状是什么，从什么地方来，到什么地方去，在什么地方安住……这样一观察，烦恼就完全销声匿迹了，一点也找不到它的踪影。或者可以按照《中观四百论》和《中论》里面所讲的那样，首先剖析我不存在，那么我相续中的烦恼，就像石女儿子的相貌一样也不可能存在。总而言之，依靠传承上师们的这些窍诀，尽管烦恼有八万四千种，但一定是可以对治的。

不管是东方人还是西方人，学佛还是不学佛，若能将佛法的这些教言在自相续中稍微串习一下，对自己的帮助是非常大的。当今的时

代中，任何科学、任何其他宗教在对治烦恼方面都没有像佛教这么殊胜的方法，米拉日巴尊者在《修行道歌》中也唱道：修行人在遇到违缘时，能将一切痛苦变成快乐，这是多么稀奇的事情啊！作为一个修行人，不管遇到什么违缘障碍，都应该知道所谓的痛苦皆由执著自我而生，这些执著若通过观修空性或者大圆满认识觉性的方法，是完全可以消除的。我们也是经常讲，如果运用大乘佛法中的观空性、观无我、观本来觉性等窍诀，不说是其他的，就连生活中遇到痛苦或者病魔，也很容易将其转为道用。前段时间我遇到一位居士，他说："我最近身体非常不好，经常出现各种各样的违缘，但佛法确实给我带来了不可思议的力量，否则，如果没有遇到佛法，我现在只有去自杀了，正因为佛法的智慧，我才有勇气继续活在人间。"他的话确实是佛教徒的一种语言，这并不是口头上的赞叹，而是在内心中真的将佛法妙药用上了，对他起到治疗作用了，不然光是纸上谈兵，恐怕也不一定有实际的利益。

当然，我们一生中遇到一点烦恼，这个问题不是很大，最关键的是什么？就是要好好地

发愿，为自己的生生世世做一个良好的开端。作为一名佛教徒，我们在世人面前应该有一种把握和自信，否则你整天都是愁眉苦脸的，动不动就痛苦得不得了，别人看起来也无法对佛教产生信心。因此我平时见到不信佛的人，心里再怎么伤心、身体再怎么不好，也都假装说我很快乐。凡夫人难免都有痛苦，但我们佛教徒应该在别人面前显出自己的修行成就，如果佛法真正融入了自相续，任何痛苦都会变成快乐的。即使暂时不能够这样，经常提醒自己"我很快乐"，逐渐逐渐也会达到这种境界的。

所以我们一定要认清烦恼的危害相当严重，千万不能依止烦恼、随顺烦恼。一旦烦恼生起来了，立即要想方设法地加以制止，如果实在不能制止，上师如意宝也讲过，马上要观想与上师无二无别的本尊，然后一直虔心祈祷，如此一来，虽然烦恼不一定会消失，但它决不会对你的修行造成大违缘，也不会对你的相续造成大危害。这是传承上师给我们留下的教言，大家务必要牢记在心！

第四十三节课

现在正在讲思维烦恼的过患而断除。前面已经学习了烦恼的危害，在生死轮回当中，烦恼长期损害着我们，而且危害的程度相当高，世间上任何一个敌人也不能与它相比，因此，对每一个修行人来讲，不应该依止和亲近烦恼。

今天接着以总结的方式给大家宣说，我们始终都要作意烦恼不能成为自己的所依，不能亲近烦恼。

壬二、作意烦恼非为所依：

无始相续敌，孳祸唯一因，
若久住我心，生死怎无惧？

从无始以来，烦恼就在不断地加害我们，孳生一切祸害的根源就是烦恼，这样的烦恼如果长期住在我的心中，那在生死轮回中怎么会有快乐呢？根本不可能有。

大家也清楚，从时间的角度而言，在无边无际的轮回中，烦恼连续不断地加害我们，让我们感受了无量痛苦。这种加害并不是一天两天，而是“无始相续”，即从无始以来一直到现在，时间极其的漫长。如果我们还不如理对治

烦恼，将来于无数劫当中，它仍会不断地故伎重施。要知道，所谓的烦恼，除了害我们以外，没有其他的工作可做，三界众生没有一个不受烦恼的威胁、折磨和攻击，所以理当认识到烦恼的迫害不是一天两天、一年两年，或者一生一世，而是非常长的时间。

其次，烦恼在危害我们的时候，跟其他的危害方式并不相同，它的危害性是最大的。佛陀在经中说：“世间的怨敌不是最大的敌人，而所谓的烦恼，是最大的祸首、最可怕的敌人。”大家都清楚，有了贪嗔痴等烦恼后，就会不断地造下恶业，不得不感受轮回的痛苦，尤其是地狱、饿鬼、旁生极其难忍的痛苦，以及地水火风灾难、疾病等等，一切痛苦的根源、一切祸害的根源、一切灾难的根源，全都离不开烦恼，故从危害的严重性来讲，我们一定要清楚认识到烦恼并不值得亲近。有些人将烦恼视为最亲密的朋友，在烦恼的驱使下，经常过着纸醉金迷的生活，其实他们根本不知道自己正住在罗刹国中，罗刹女终有一天会吞食自己的。所以有智慧、有能力的人，一定要认识到烦恼的危害。

倘若烦恼一直居住在我们心中，把这里当作它的永久客房，只要它一天没有离开，我们在生死轮回中就不会有丝毫快乐可言。三界中的众生相当痛苦，表面上看来，有些人有财富、有地位，坐的是高级轿车，住的是星级宾馆、豪华别墅，享受的是各种美好的生活，但是他们相续中的烦恼病没有消除之前，始终都得不到真实的快乐。就像是一个身患重病的病人，虽然他睡的床非常舒适，但心里始终离不开苦恼，同样的道理，世间上有些人穿得好、吃得好，不管从哪方面讲，他的生活几乎跟天人没有差别，但如果真正去亲近他、了解他，就会发现他的内心十分空虚无奈，贪欲随外境而不断增长，整天考虑的就是感情、工作、生意，这样的人，在他的烦恼疾病没有疗愈之前，永远也不会有快乐的机会。

颂词中说，有了这些烦恼的话，我们不可能在生死轮回中获得无惧的快乐。这一点，不用多说你们也非常清楚，有了烦恼的迫害和折磨，我们的心就会刹那也得不到自在，纵然想过快乐的生活，但真正快乐的人却相当稀少。唯有依靠观无我等佛法中的对治，才能令自相

续中的烦恼逐渐减少，这种修行人和瑜伽士的生活才过得相当快乐。

我经常都这样想：现在一些大城市里的大富翁、大老板、大老总，尽管他们的物质生活相当富足，但心中的快乐根本比不上山中的修行人。虽然从表面上看来，这些修行人住在山洞里、森林中，吃穿全部都非常简朴，但他们内心所享受的快乐，远远超过了世间上的这些富贵人。因此所谓的调心极为重要，在与烦恼作战的过程中，假如有一天我们相续中的烦恼没有地方住了，找不到属于它的空间了，那个时候即使你遇到了再大的困难病痛，也会全部转为道用，都变成顺缘了。

所以，若按以前高僧大德的教言来修持，每个人都能获得这种快乐。当然，这一点也需要观待修行环境，如果我们到一些非常复杂的环境中去，修行的成就虽然也有，但这种力量肯定比较薄弱。很多修行人在寂静的地方、学院里、寺院中修行，本来效果非常不错，可是一旦到了大城市或者家里面，修行上就会底气不足，对方方面面的压力没有承受力和忍耐力。所以，我非常希望大家在修行时，首先要选择

适合自己的环境。在座的有些修行人非常伟大，你们不贪著自己的家庭、亲属、名位及财产，将名闻利养全部抛之脑后，追随前辈高僧大德的足迹前往寂静的地方，在这里以稳固如山王般的方式日日夜夜地闻思修行，如果这种精神不断继续下去，我想终有一天你们一定会豁然开悟，认识到自心光明的本来面目。

要知道，不管你是在家人还是出家人，凡是烦恼深重的人在世间上都不会有快乐。光是没有快乐、痛苦一点也不要紧，但这种痛苦永无止境，乃至生生世世都不会穷尽。因此我们应当全力以赴、想尽一切办法尽量制止自相续中非常可恶的烦恼，在它面前千万不要修忍辱，不要认为烦恼很调皮很可怜，让它在自相续中多产生也不要紧，这样一来，你有时候生嗔恨心，有时候生贪心，会给你带来无穷无尽的痛苦。尤其是贪心和嗔心，它们在烦恼中是最根本的、最可怕的，以前上师如意宝在讲《入行论》时说："给在家居士讲烦恼的话，他们最容易搞懂的就是贪心和嗔心，愚痴无明恐怕刚学佛的修行人不一定懂，因为从法相上来讲，它的概念比较抽象。"对于贪心、嗔心、傲慢、嫉

妒等这些烦恼，我想在座的各位应该都会懂，一旦自相续中产生了这些烦恼，一定要尽量地去克制，尽量减少它的生起时间，在生起的当下认识到它，这样的话，我们闻思修行、清净戒律、弘扬佛法的善法财宝才不会被烦恼小贼一窃而空。不然，如果长期依止烦恼，它所带来的危害，无论从时间上还是程度上，都不是世间敌人所能相提并论的。

生死牢狱卒，地狱刽子手，
若皆住我心，安乐何能有？

"生死"指的是轮回，此处将烦恼比作生死牢狱中的狱卒，它看管我们无法离开轮回、不得解脱，并不停地迫害我们、加害我们，这样的刽子手如果居住在我们心中，那在三界轮回中怎么会有快乐呢？绝不可能有的。

下面对这个道理进一步分析：大家应该知道，世间上犯了法的人被关在黑暗阴冷的监狱中，一刹那的自由也没有，看守员经常看着他，假如行为稍不如法，就以不同的刑罚来进行惩罚。同样，在三界轮回的牢狱中，不管你是人间的众生还是天界的众生，都被业和烦恼的镣铐束缚得紧紧的，一点自在都没有，烦恼把你

一直关在轮回当中，正如华智仁波切所说，我们就像瓶子里的蜜蜂一样，上上下下地飞舞，始终都离不开瓶子[40]。同样，很多人都特别向往解脱，渴望享受极乐世界等清净刹土的妙乐，但是烦恼的狱卒就是不让我们出去，自己想要好好地闻思修行，准备离开这个轮回，它就使我们生病，让我们起烦恼、生嗔恨心。不仅如此，现在世间中造恶业的环境也非常多，有时候看一看大城市的公路两旁，那里设有各种各样的门，但解脱的门是很少的，在离城市几十公里以外的郊区，那里有一个小小的寺院，这就是前往解脱的门。可在茫茫人海当中，这样的门又有多少呢？而且如今很多寺院都在提倡搞旅游、搞展览，真正如理如法的修行人极为罕见，所以从这种环境也可以看出，解脱的大门几乎是没有的。

烦恼是轮回中真正的狱卒，它不但让我们感受轮回的痛苦，而且想方设法把我们推入最

[40] 华智仁波切在《前行》中说："比如将蜜蜂放在瓶内封闭瓶口，那么蜜蜂只能在瓶中飞来飞去。同样，无论生于善趣或堕入恶趣都超不出轮回的范围。善趣的人间天境如同瓶内上面的空间，三恶趣就像瓶内下面的空间，六道众生就这样以有漏的善业和不善业为因，连续不断地投生流转，为此叫做轮回。"

可怕的地狱当中，它来充当地狱的刽子手。为什么这么说呢？因为地狱里各种各样的恶狗、乌鸦等动物以及阎罗狱卒，全部都是我们心不清净的自现形象，是烦恼的一种显相，如果因烦恼深重而堕入地狱，自相续中的烦恼自然就变成各种形象的地狱狱卒，拿着非常可怖的兵器，以各种刑罚来折磨我们。比如在热地狱里面，狱卒把我们扔到铁水翻滚的热锅中，使我们全身焦烂燃烧，生不如死；在寒地狱当中，我们也是感受无量的寒冷剧苦。本来想离开那个地方，但狱卒们拿着兵器打杀，不让我们出来。其实，这些痛苦全部是自心的一种显现，只要烦恼狱卒长期住在我们心中，跟我们的习气以无二无别的方式来看守着我们，假如没有意识到它的危害性，没有了解它的可怕行为，经常随顺烦恼，在生起烦恼的时候根本不知道它是自己最大的敌人，这样一来，我们在轮回中永远也不会有快乐的时候。如佛经云："三界无安，犹如火宅。众苦充满，甚可怖畏。"弥勒菩萨和莲花生大士也说过："不净室中无妙香，五趣之中无安乐。"所以，只要烦恼陪着我们、跟着我们，我们的生活就永远不可能有自由和

快乐。

总之，我们首先应对烦恼的本体有个非常明确的认知，知道烦恼无始以来一直害我们到现在。然而，世间上的很多众生根本不知道烦恼那么可怕，我们身边不管是在家人还是出家人，恐怕很多人不知道什么叫做烦恼，即使有些人知道自己烦恼深重不好，但也只认为这是偶尔的违缘而已，根本没有看重它，没有认识到它的祸害性。作为一个修行人，我们应该依靠传承上师们的殊胜教言，通过空性观、无我观来对治烦恼，或者依靠密宗的见解来观察烦恼的本性，当自己生起猛火般的烦恼时，通过各种方便方法让它消于法界，这一点非常非常的重要！

其实，所谓的烦恼只是一种幻化而已，《大圆满禅定休息》中引用《幻师请问经》的教证说："众生是一种业力的幻化，而这种幻化依靠佛法的幻化来进行摧伏，最后现前智慧的幻化——佛陀的果位。"所以我们若认认真真地去观察烦恼的本体，依照《大般若经》里所讲的那样，以如梦如幻的窍诀来进行对治，或者按《俱舍论》的观点通过不同的修法来消灭烦恼，这

样都是可以的。

在知道了烦恼的危害性之后，我们要像远离恐怖分子那样千万不能亲近它，否则总有一天它会把你整个吞噬的。烦恼跟世间上的坏人完全不同，正如前面所说，世间上的坏人不可能长期地加害我们，而烦恼这个敌人，在没有认识到它的本性之前，它的加害是永无止境的。因此大家一定要精进地修持，否则，烦恼一日不除，我们始终不会有快乐的机会。对此，根桑秋扎论师（华智仁波切的弟子）曾引用过一个非常贴切的比喻说："烦恼就像非常凶恶的豺狼，凡夫众生犹如绵羊，在绵羊群中如果有一只恶狼，那么绵羊永远也得不到快乐。"同样的道理，我们凡夫人如果有了烦恼，少许的快乐也是得不到的。尽管平时有人说"我今天很快乐"，但这种快乐的本性要么是行苦，要么是变苦，在没有获得成就之前，凡夫确实没有真实的快乐可言。

因此大家一定要认识到，我们现在不快乐的根源是什么？就是自相续中存在烦恼。而这个烦恼如果依靠上师的窍诀来对治，也并不是特别的可怕，这一点大家应该有把握。

以上讲了不能依止烦恼的道理，下面进一步宣说我们应对断除烦恼生起强烈的意乐心，此分三个方面来讲：

辛二（生起断除欲乐）分三：一、披上断惑盔甲；二、莫因痛苦而厌倦；三、坚持不懈对治烦恼。

壬一、披上断惑盔甲：

乃至吾未能，亲灭此惑敌，
尽吾此一生，不应舍精进。

明白了烦恼的危害和过患之后，通过详详细细的分析，我们要发一种誓言：乃至我没有确定摧毁烦恼这一怨敌之前，有生之年绝不能放弃精进。

比如我们看见一个非常可怕的敌人，心里就会想：他害我的次数不计其数，我一定要想尽办法把他消灭掉。同样，我们依靠上师的教言、论典的窍诀以及自己智慧的分析，终于认识到烦恼在生死轮回中给我们带来了无法言说的麻烦和痛苦，如果再这样随顺它，对自己的前途是不利的，所以从现在开始，我们一定要重新做人，乃至没有将自相续中的贪嗔痴等烦恼断除之前，这一辈子乃至生生世世都不能舍

弃精进。

我们从心坎深处应该有个非常坚定的决心。什么样的决心呢？我要努力，不努力的话，像烦恼这样的大敌是不容易摧毁的。那以什么样的方式来铲除自相续中的烦恼呢？如果拿着兵器或者工具来断除，这是根本不可能的，你拿一块石头或一根木棒准备跟烦恼搏斗，说“我今天要跟烦恼打仗，你们快给我来吧，向烦恼冲啊”，这样可能也不太现实。断除它的唯一方法就是观修无我空性的智慧，依靠大乘的这些论典，依止最殊胜、最有说服力的智慧，一旦这些智慧在自相续中生起定解，烦恼的根本和种子就会逐渐损坏，不可能再为非作歹了，这就是我们传承上师的教言。

当然，这一点需要毕生勤恳不息的努力，如果你没有丝毫努力，做一般的事情也不可能轻而易举就成功的。在皈依佛门、依止善知识以后，每个修行人应该想：我无始以来一直漂泊在无边无际的轮回中，如果现在没有披上精进的盔甲，一直懈怠懒惰下去，那永远都不会有出头之日的。烦恼让我们每天都放逸散乱懈怠，如果天天睡懒觉，这个烦恼就高兴坏了，

就像用牛奶喂毒蛇、它会特别高兴一样，倘若用放逸的牛奶一直喂养烦恼的毒蛇，那它永远都会对你开绿灯，让你什么事情都很成功。

我们很多人修行起来，就像是爬高山一样非常困难，而造恶业的时候，又顺利又成功，很多方便都是自然而然形成的。比如让我建一座寺院，在这个过程中困难重重，而如果是开肉联厂或者屠宰厂，手续很快就批下来了，资金也马上筹齐了，让我当老板绝对没有问题。所以有时候也可以看得出来，造恶业就像下山一样，成千上万的魔众都来帮你，成功率非常高，造恶业的方便门也特别多，而行持善法，尤其是如理如法地修持，哪怕是短时间内观一下无常，对有些人来讲也非常困难，这就是轮回皆苦的甚深密意。

因此，不管你是出家人还是在家人，听了这个法以后，大家应该有一种感受，这种感受不要一两天就消失了，而应该从现在起改变自己、转变自己，将生死轮回的方向扭转过来。本来是前往地狱的，现在遇到了佛法以后，马上把方向盘转过来，不要前往那个方向，纵然今生得不到成就，也应该有把握获得善趣，这

就是获得人身尤其是值遇大乘佛法和大乘殊胜教言的目标，也是它的一个作用。否则，如果没有这样的话，以前你没有听法的时候造恶业，现在也继续造恶业，那听受佛法只不过得一点功德而已。

我希望大家在学习《入行论》的时候，一方面应该好好发愿，另一方面要详详细细地去探索，前段时间我也说过，这里的每一字每一句都有非常殊胜的意义。我们这里有些道友在讲考的时候，一会儿就读完了，没有必要这样读，这个传承我已经得过不少次了，让你再给我传一下，一方面是可以，大乘佛法的加持很大，你可能有不同的传承，跟我交流也非常好，但另一方面，我要的是什么？就是你对字里行间的深刻思维，通过这些思维，你应该有一种感受，这就是我需要的。所谓的讲考、背考和闻思，每个人都应该达到这种程度。

我每天讲得不多，基本上是四五个颂词，有些人认为很容易，看一遍可能一分钟都不要，读一下也很简单，然而圣者金刚语的内容是非常丰富的，只有真正地思维它、研究它，才能挖掘出其中的甚深宝藏。所以大家在学习的过

程中，不要过得特别简单，我也知道有些人非常聪明，《入行论》的字面意思解释得来，但你理解的跟真正的内容是不是有一点差别呢？我现在讲得不是特别广，如果依靠藏地、汉地、印度高僧大德的讲义来分析，一天讲一个颂词也可能讲不了它甚深的意义，但若时间拖得太长了，可能大家又不太愿意。既然如此，希望你们不要过一下就算了，不要认为这个颂词很简单，只有几个字。是！一方面是简单，但有时候你没有认认真真思考的话，里面的真正意义不一定能挖得出来，对自相续的成熟也不一定有很大的利益和帮助。

所以大家听了法以后，不但要学会对治自己的烦恼，而且应对每一个字每一句话有个新的感受，不然光是在字面上读下去，那我觉得学和不学没有什么差别。虽然我自己讲得不好，但你们现在有很多参考书，其中《入行论广释》基本上都是以前高僧大德的解释方式，再加上上师如意宝的一些窍诀，若能对此进行发挥，应该是有一些内容的。

当然，我在这里讲了很多，有些是对的，有些可能也不对，但我基本上是围绕它的中心

来讲的，并没有太离题，太离题的一些胡说八道，我觉得没有多大的意义。同样，你们自己在发挥的时候，也应该围绕颂词的内容，然后再进行思考和分析。

于他微小害，尚起嗔恼心，
是故未灭彼，壮士不成眠。

这里用比喻的方式说明了上面所讲的内容。我们为什么一定要精进呢？因为世间上意义不大的仇恨，自己在未能报仇之前也是夜不成眠，那烦恼对我们的危害如是严重，需要精进就更不必说了。

我们对于暂时造成微不足道损害的小事，如对自己毁谤、制造违缘、抢夺财产等等，都会耿耿于怀，希望有朝一日能报仇雪恨。尤其是嗔恨心非常严重的人，别人杀害了自己的亲友，他晚上连觉都睡不着，千方百计地想要报复，在没有消灭敌人之前，始终都不会安心的。实际上，这些怨恨的敌人，就像前面所讲，对我们的损害并不是特别严重，佛经中说一切亲怨都是不定的，《亲友书》也云：“父转成子母成妻，怨敌复次成亲友，是故流转轮回者，无有少许确定性。”在这个轮回当中，今生是我的

仇人，来世就可能变成我的亲人，如同嘎达亚那尊者公案里所讲的那样，前辈子是杀害自己的人，下一辈子就成了自己最亲密的人。上师如意宝在一首道歌里也唱道："上半生仇恨的敌人变成了现在的密友，现在对自己非常关爱的亲友，过段时间很可能成为杀害自己的仇人，所以世间上的亲怨没有任何可靠性，对此我们不应无有意义地生起贪心和嗔心。"世间当中的确是这样，永远都成为敌人的，不管是国家也好，人与人之间也好，一般来讲是没有的，这一点通过自己一生的经历也可以证明。

所以对于世间上的敌人，我们没有必要一定要对他如何如何，但烦恼无始以来不断侵害我，给我制造违缘，它是一切祸害的根源和创造者，如果真的有胆量、有志气，作为顶天立地的修行人大丈夫，对这样不共戴天的烦恼怨敌确实应该复仇加害。倘若不敢的话，那你就是天底下最懦弱的、最没有勇气的人了。在这个世间当中，亲朋好友被人杀害，自己若不敢报仇的话，人们都会讥笑你不是男子汉，同样的道理，作为一个修行人，烦恼无始以来不管是从时间上也好，范围上也好，一直不断地加

害我们，如果不但不对治，反而随顺它、亲近它，还要对它表现出热情，在生起烦恼的时候，一直恭恭敬敬的，"对对对，我应该随着嗔恨心骂别人，随着贪心造恶业"，这种行为如不如法？每个人也可以观察一下。

当然，对治烦恼的确也不是那么容易，噶当派的教言中也讲了，因为烦恼存在的时间非常漫长，从无始以来到现在，它一直与我们的心连在一起，一天两天的修行根本无法完全对治。就像一个身患麻风病的人，身体都已经溃烂了，吃一两口的药能不能马上痊愈呢？绝对是不可能的。同样的道理，烦恼这种疾病，对我们来讲已经病入膏肓了，随随便便修一两天的法，修几天的五加行，就希望烦恼完全根除，贪心嗔心什么都没有了，那你想得太美了，可能没有那么简单！要知道，做任何一件事情，包括修一间小房子，也要打好刚开始的基础，然后才能进行里面的装修，本来你以为一个月就可以修好，结果拖来拖去三四个月也完不成，这种现象常有发生。

要知道，烦恼在我们凡夫人的相续中比较坚固，有些人修行几天没有感应，就开始心灰

意冷了——“我现在好像没希望了，已经修了这么多天，但是无我空性还没有生起来，也没有见到莲花生大师和文殊菩萨，怎么会是这样呢？是不是释迦牟尼佛等诸佛菩萨的加持不存在了？”有些人的想法特别简单，这是对佛法不太了解的原因所致。作为修行人，我们一定要学习以往的高僧大德，他们从小就开始学习佛法对治烦恼，最后离开人间的时候，尽管已经八九十岁了，但仍然在不断地修行，他们从来没有任何怨言，不会认为“我十岁时开始学佛，现在已经九十多岁了，怎么还有烦恼呢？”真正的修行人就应该这样！

因此，大家首先一定要听法，否则，不懂这些道理的话，经常在相续中生起邪见，本来可以变成一个很好的修行人，但由于相续中的这些恶念，结果就会中间夭折、半途而废，这是非常可惜的。如果你们好好地闻思，打好稳固的基础，认识心的本面应该没有太大的困难。

总而言之，在没有灭除烦恼大敌之前，我们应该废寝忘食、夜以继日地努力学习，永远也不能舍弃精进。佛法依靠精进，精进其实就是自己心的一种力量，然而有些人背书看书时，

就觉得“像我这样业力深重的人，都已经三四十岁了，肯定是不行的”，可是他一见到好吃的东西，“我应该可以的，来，我吃三碗四碗五碗七碗都没有任何问题”，这时候就开始睁开眼睛了。其实大家对修持善法方面，应该提升自己的心力，而在造恶业或者吃喝等无聊的事情上，我觉得应该少一点，不太精进也可以。但是我们凡夫人完全相反，做一些非法或没有意义的事情，就非常精进，也非常开心，平时造恶业的时候精神特别好，而要听闻大乘佛法时，他就没有精神，奄奄一息了（众笑）。真的是这样！我看见有些人上课时已经不行了，讲完课后就活过来了，这样不太好！我们在善法方面应该对自己说“加油”，以前的米拉日巴杀了那么多人，造了那么多恶业，最后也是即生成佛，他自己也说过：“我并不是金刚持佛或大菩萨的化身，我只是个具有一切束缚的凡夫人，但谁有像我这样对佛法的信心，谁就可以立地成佛、获得成就。”所以，米拉日巴尊者是我们最好的榜样，每一个人都有如来光明藏的佛性，都有获得成就的机会，在短暂的时间中，给自己的修行找各种各样的理由不合理。有些城市里面

的人动不动就“我太忙了，我的工作太多了，我的事情太多了”，我觉得这没有什么必要，大家还是应该认认真真地学习，这对你来讲也不是特别的困难。

我们应该发愿最好是能够即身成就，如果不能的话，那不堕入三恶趣也可以，而且相续中的菩提心永远也不能舍弃。最近很多人也发了这种誓愿，我确实非常的高兴，大家都说：“不管怎么样，有生之年乃至生生世世，我发愿不舍弃菩提心，菩提心的地位如此重要，如果没有它的话，修什么都不可能成功的。”有了这句话，那你一生的修行应该有了方向、有了安全感，只要不舍弃精进，你的成就指日可待！



第四十四节课

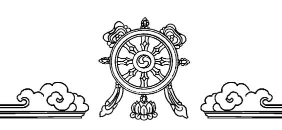
壬二（莫因痛苦而厌倦）分三：一、观察所断之罪过而不厌倦；二、观察对治之功德而不厌倦；三、观察自己承诺而不厌倦。

癸一、观察所断之罪过而不厌倦：

首先要观察烦恼的过患，在对治烦恼方面，千万不能生厌烦心。为什么呢？因为世间中很多没有重大意义的事情，人们都非常重视，一直不舍弃精进，那我们为了自己的今生来世和一切众生的利益而修学菩提心，就更不能舍弃精进了。颂词中是这样说的：

列阵激战场，奋力欲灭除，
终必自老死，生诸苦恼敌，
仅此尚不顾，箭矛著身苦，
未达目的已，不向后逃逸。

此处用战场的比喻来说明学习佛法应该具备勇敢之心。众所周知，将士们到了战场上，英勇无畏的精神就能体现得淋漓尽致，他们浴血奋战，极力想消灭敌人，然而这些敌人即使没有被兵器杀掉，也会自然死亡的。大家都知道，人类在一百年中几乎都被无常的魔军所吞噬，有些人的寿命是几十年，有些人是几个月，



即便没有人杀死他，敌人也都会死亡的。同时，他们还被各种业力烦恼所逼迫，没有自主，极其可怜。尽管如此，将士们也非要竭尽全力予以消灭，在没有全部灭尽敌人之前，不顾被箭矛等兵器击中的痛苦，就算遇到再大的危险，也不达目的誓不罢休。

在这里，作者通过描述古印度的英雄好汉来说明大乘菩萨的精神。从这些生动活泼贴切的比喻来看，当时印度的生活习惯跟我们的基本相同，那时战场上也有弓箭、长矛、刀剑等兵器的攻击，不过《修心剑轮》的讲义里面说，印度当年虽有这些兵器，但像现在这样的子弹、枪等是没有的。不管怎么样，他们到了战场上，为了歼灭敌人而不顾一切，没有获得胜利的话，绝对不会向后逃跑。

世间上也有这种情况，以前参过军的人，经常回来给人们讲："我在战场上的时候，前面是敌人，后面有督军，如果不冲上去而退回来，后面的人会开枪打死你的。"这种事情我都听过，世间上确实有这样的英雄事迹。我们藏地也有种说法：非常英勇的人在跟敌人作战的过程中，腹部被刀剑等刺穿，肠子都已经流

出来了，他也会用衣服包着肠子，继续在前线上冲锋陷阵，跟敌人浴血到底，进行殊死的搏斗。

以前的民族英雄岳飞也是非常勇敢，他大概是 39 岁死的，在此之前，他率兵打仗有如神助，常令敌人溃不成军，惨败而逃。还有三国时期的关羽，其英勇好斗也为人们极为赞叹。有一次他在冲锋的过程中，不慎中了敌人的埋伏，胳膊上中了毒箭。在拔箭的时候，由于箭上有倒钩并带有剧毒，医生要把这块肉割下来，进行刮骨疗伤。由于当时没有麻醉药，医生要求他闭着眼睛，不然受不了。但关羽面不改色，一边跟人下棋一边接受治疗。法国以前有个拿破仑，也是非常了不起的军事家，他一生征战过六十多次，基本上百战百胜，被后人誉为“马背上的英雄”。他每次作战的时候都奋不顾身、英勇无畏，一直到获得胜利为止，所以人们都说：如果当时像现在这样信息发达，他可能被称为世界第一的英雄。

在过去的年代里，不管是哪一个民族，都认为英雄最了不起。有些人认为民族英雄了不起，有些人认为国家英雄了不起，有些人认为

发动战争的人了不起，包括有些村里的人认为自己村里的英雄最了不起。那时候的趋势就是这样，但现在稍微有点改变了，如果一个民族里面有个英雄、一个国家里有个英雄，他的声望并不是特别高，因为现在人们都崇尚和平，假如一个人发动战争，站起来说他什么都不在乎，大家不但不会认为他是非常了不起的英雄，反而认为他酷爱战争、喜欢杀人，有点接近于恐怖分子。

所以现在那些比较落后的村落、部落，应该用这种开放的思想来灌输一些佛教教育。记得我们小的时候，所学的知识都是赞叹英雄、歌颂战争，里里外外的宣传物几乎都是这样的。但现在如果再这样宣传，那国家与国家之间、民族与民族之间、人与人之间可能都会发生冲突的。当然，现在杀旁生的人叫“英雄”，你一天若能杀多少泥鳅、多少黄鳝，在他们这一界人当中就认为很了不起，除此以外，全球的大趋势已经改变了。

总之，印度当时就有这种传统：如果一个人在战场上获得胜利、凯旋归来，大家就觉得他是真正的英雄，为此他也是舍生忘死不顾一

切，直到获得胜利为止。此处寂天菩萨就是用了这样的比喻。

我们在座的人也好，外面的道友也好，有些人平日特别喜欢看战争方面的电视。其实，大家对看电视、看电影最好不要有太大兴趣，除了一些可靠的新闻以外，其余的并没有多大意义。尤其是你们在家居士，依靠这些魔影，会将自己的修行时间全部都浪费了。还有一些出家人，也不要每次到宾馆旅店以后，还没有吃饭就马上打开电视机，津津有味地专注于此。有些人觉得，依靠这种对境可以找到很多快乐，其实也不快乐，如果从佛教的眼光来看，里面都是骗人的。可能你觉得这些话有点过分，但若真实观察一下，你从中能得到什么知识？

世间上真正有智慧的人，即使根本不学佛，也没有任何宗教信仰，但也从不浪费时间看这些。我今年到大连的时候，遇到一位在美国工作的博士，他对佛法很有兴趣，对世间上任何一个知识也特别有兴趣，他说自己好几年都没有看过电视了，一直专注于研究方面，虽然他的研究领域不是佛教，但一些创造发明对

人们还是有很大的帮助。为了研究这些，他白天晚上一直专注，尤其是到了晚上，他就像以前的大修行人一样，只用短短的时间睡一会儿，其他什么享受时间都没有。他说："我现在已经四十多岁了，没有时间娶妻子，也没有时间观光旅游，我毕生的愿望就是将自己所拥有的智慧全部奉献给人们，希望能对整个人类做一点好事。"他自己平时连扫地的时间都没有，早上开车到上班的地方去，一直专心研究，晚上回来后就睡觉了。所以他睡的地方没有灰尘，其他的地方全部是灰尘，只有一条路。这个人非常聪明，心地也极为善良，一直想到众生的事情，虽然跟大乘的理念稍有差别，但他对工作的专注认真，令我这个佛教徒都非常惭愧。

像他这样的世间人，对蛊惑人心的这些外境都不感兴趣，但是有些所谓佛教徒，一遇到电视就不能自拔了。前一段时间，我听说有个人学《入行论》大概用了四十多分钟，就觉得时间特别长，但是他花五六个小时看连续剧，反而觉得时间特别短。真的是业力现前！在这五六个小时里，你学到了多少知识？小孩子可

能不太懂，但你是真正的成年人，应该想一想自己能获得什么样的受益？倘若什么受益都没有，那这样浪费时间值不值得？所以，希望大家以后尽量少接触这些引生贪嗔痴的对境，自己应该掌握自己的时间！

从比喻而言，世间上的英雄在没有达到目的之前，不畏死伤，决不逃跑，这就是他们勇敢的精神，下面从意义方面来讲：

况吾正精进，决志欲灭尽，
恒为痛苦因，自然烦恼敌。

世间人为了没有意义的事情，尚且如是勇敢、如是精进，那我们已经在诸佛菩萨面前发了菩提心，承诺自己要利益众生而修学佛法，为了消灭一切痛苦的根源——自然烦恼敌，为什么不应该精进？

要知道，世间上的普通敌人在我活着的时候，不可能带给我所有的痛苦，在我死了以后，也不可能将我投入到三恶趣中。我如果没有毁谤他、背后说他或者故意搞破坏，始终对他非常恭敬，他也不会无缘无故地害我。但烦恼敌却非如此，它是自然怨敌，损害我不需要任何理由，尽管我没有欺负过贪心、诽谤过嗔恨心，

但它动不动就找我麻烦，就像有些恶人一样，历来就喜欢害人，非常毒恶凶狠，一直危害所有的众生。既然世间人对那些自然会死亡、烦恼深重非常可怜的仇敌都有这么大的嗔恨心，需要这么大的力量来对付他，那我们作为修行人，作为跟烦恼作战的战士，更要跟烦恼搏斗到底了。

当然，在与烦恼决战的过程中，我们需要各方面的精神准备。俗话说："道高一尺，魔高一丈。"我们越是精进，魔王波旬的加害就会越大，自己修的法越深、信心越强，魔障就会经常来干扰。但不管怎么样，多少个魔障来干扰，你的信心和毅力也不能退转，心里应该这样想：世间人为了没有任何意义的战争，对付敌人都如是精进、如是坚强，那我作为在诸佛菩萨面前发菩提心的人，永远也不能退下去！这一点非常重要，对自然烦恼一定要顽抗到底。

故今虽遭致，百般诸痛苦，
然终不应当，丧志生懈怠。

在对付烦恼的过程中，我们会遇到各种各样的痛苦困难，比如有些修行人没有吃的、没

有穿的、身体不好、别人经常干扰、违缘重重、受到挫折等等，但无论遭受到何种损害，也必须要意志坚定、毫不气馁，不能因为这些违缘而退失菩提心和信心，不要在修学过程中懈怠散乱。

看看以往印藏汉高僧大德的历史，有时候对自己的心有非常大的帮助，每位大德在修学过程中也不是一帆风顺的，我们应该效仿他们在遇到烦恼时是怎样面对的。前段时间我看了金厄瓦格西的一个传记，他的修行跟我们完全不同，他在热振寺附近闭关了十二年，那时候他的一位上师说："你不要太精进了，不然身体受不了，还是应该稍微放松一下。"他回答道："一想到人身这么难得，现在的机会这么好，我就没有放松的时间，否则根本来不及的。"（他的这番话，真的令我们非常惭愧，现在很多人修行就是为了治病、为了发财、为了健康，从来没有想过人身难得、佛法难闻。）他在闭关的时候特别精进，根本不知道什么时候天黑、什么时候天亮，十二年中基本上都是这样，一直不分昼夜地专注修行。所以，以前大德们的成就率是相当高的，那时的外境也不像现在这样散乱，

他们一心一意地专修，唯一就是想获得来世的解脱。然而，现在很多修行人并不是求来世，而是为了求今生的福报，这样的话，动机已经不纯了，不可能获得真正的解脱果。

有些人刚开始的时候趾高气扬、昂首挺胸："我一定要好好修行，没有问题，我一定要学习《入行论》，决定会圆满的。"但到了中间，就开始被烦恼打败了，在作战的过程中已经牺牲了。现在学习的人倒不少，但有些人刚开始的时候口气很大，中间就一命呜呼了，可以念观音心咒超度他了。其实这些人真的很可怜，在这个过程中倒下去了，以后什么时候获得解脱也很难说。在与烦恼决战的过程中，有些人获得了最后的胜利；有些人到中间就缴械投降了；有些人被烦恼打死了；有些人虽没被打死但是被击中要害，伤势严重，可能没有希望了；有些人中间有点违缘，现在基本上已经恢复了，有希望今后不会滑下去……在这个过程中，还是可以看到很多人的表演，但你们如果连一部论典都无法善始善终，那学佛确实是一件非常可笑的事情，所以大家一定要精进，不能懈怠！

对有些人而言，对治烦恼是非常容易的。我以前看过一位大德写的教言书，名字叫《我们都需要爱》，里面说道："我在昆努仁波切面前听受《入菩萨行论》的时候，我当时说：'对付烦恼敌人是很容易的，因为它特别薄弱。'上师非常赞同：'对对对，对付烦恼不需要原子弹，也不需要核武器。'的确是这样的，对付烦恼并不需要复杂昂贵的各种兵器，唯一需要什么？就是一颗非常坚定的决心。"有了这颗坚定的决心，任何烦恼都不可能伤害到你，这就是圣者的语言。

然而，有些人对治烦恼非常麻烦。前两天有个人给我打电话，倾诉她在修学过程中的种种苦难，尤其是感情上的问题，一直讲了二十二分钟。我听后以悲悯心来劝他，但什么样的教言都不管用。我先是用大圆满的窍诀告诉她，观察心的时候烦恼自解脱，但没有用；然后用中观的窍诀告诉她，烦恼的本体为空性，也没有用；后来用唯识的观点，告诉她万法唯心的道理，还是没有用；最后我用经部的一些观点，但也没办法。她一直沉浸在自己的世界中"我以前是什么样，现在是什么样；他的手

机是什么样，我的手机什么样……"，在这些小小的问题上，我明明知道她的分别念在一直增加，但也无计可施。她偶尔就像昏厥后醒过来一样，稍微明白一点道理，但一会儿又不行了，又被烦恼打败了。所以，对烦恼特别深重的人来讲，战胜烦恼是相当困难的事，而对有些高僧大德和修行人而言，挫败烦恼确实易如反掌。

尽管我们现在对治烦恼不太容易，但不管怎么样，大家已经发了菩提心，应该想一下以前高僧大德们的行为是什么样的。现在很多人搞名声、搞建筑就非常擅长，但内在的修行往往不被重视，这就是我们佛教的可悲之处。如果没有内在的修证境界，佛教徒就变成外在的形象了，相反，只有具备内在的境界，无论你是出家人还是在家人，邪魔外道才不会有机可乘的。要知道，并不是菩提心和大乘经论没有加持，谁修行都会得到感应的，闻思非常重要，但闻思的同时不能离开修行。每当我们遇到烦恼的时候，应该想一想高僧大德是怎么进行对治的，不仅自己应跟烦恼搏斗，还要帮助其他众生摧毁烦恼，这是我们每个修行人义不容辞

的使命。

下面讲观察对治的功德不应该生起厌倦心，也就是说，不能到了中间的时候，“我现在听不懂了，我现在学不懂了”，慢慢地就退下来了，这是非常可惜的事情。虽然每个人的智慧有差别，悲心也有差别，这些跟自己的前世修行有关，但懈怠是可以对治的，因此尽量不要懈怠，一定要精进。

癸二、观察对治之功德而不厌倦：

将士为微利，赴战遭敌伤，
战归炫身伤，犹如佩勋章。
吾今为大利，修行勤精进，
所生暂时苦，云何能害我？

这也是以比喻和意义相结合的方式来宣讲的。这几天寂天菩萨一直用战争的比喻来告诉我们怎样学习《入菩萨行论》，怎样学习大乘佛法。

那些喜欢作战的将士，为了获得名声地位财产等暂时的利益，从战场上回来以后，尚且将身上留下来的伤痕当作勋章一样炫耀，说自己在战场上如何如何的英雄，那我们为了成办一切众生的广大利益，暂时遇到的痛苦怎么能

造成损害呢？

以前我有一个亲戚，他年轻的时候特别喜欢打架，在我特别小的时候，他经常将身上的伤痕露出来，“你看，我这里有个伤疤，是跟某某英雄作战时留下来的；那里又有个伤疤，是如何如何留下的……”，经常炫耀自己的故事，似乎在告诉大家“你们不要惹我，我不是那么好惹的人，一般的打架我是不怕的”。当时我是小孩子，心很容易随外境而转，看到他那么深的伤口，就觉得他肯定很厉害，所以经常很怕他。现在很多新兵在刚入伍的时候，也有些老战士也脱下上衣，将伤痕累累的身体给他们看，告诉他们“上战场就要像我这样不怕死，这些伤痕是英雄的标志”，把这当作非常了不起的英雄勋章来宣扬自己。我们藏地也普遍有一种说法：脑后有伤疤，肯定是转身逃跑时被敌人打的，这是胆小鬼的象征；前面有伤疤，则是跟敌人正面交锋时留下来的，是英雄的标志。后来上师开玩笑说：“那也不一定，可能他不敢转身跑，往后退的时候被打了，所以前面有伤疤也不一定全部是英雄。”

日本有些人用白布把头缠住，外面有像血

滴一样的红点点，这是一种英雄的标志；以前红卫兵在胳膊上缠着红布，这也表示鲜血；希特勒眷属们手臂上的记号，也视为英雄的象征。包括现在黑社会的黑道大哥，也经常把身上的伤痕露出来给大家看，说“你们给我做事情的时候，每个人身上必须要有什么什么”。这是人们的一种传统，本来这没有多大的理由，我们也可以想得到，有伤痕并不代表什么，可是人们就认为这个人很英雄，他有伤痕多么了不起啊。以前我当学生的时候，有些人特别喜欢打架，头上有好多伤疤，他们就经常吓唬大家：“怎么样，要不要到时候也给你留几个伤痕？”这样说的时候，我们都特别害怕。所以，就世间而言，人们都把伤痕作为英雄的勋章。

既然世人为了微小的利益，都将痛苦当作最光荣的事情来炫耀，那我们现在为了利益一切众生而精修佛法，暂时遇到一点点困难痛苦，又有什么不能忍受的呢？在与烦恼作战的过程中，假如缺衣少食，三餐不济，或者遇到挫折违缘，这就是真正英雄的标志。可是现在有多少人能做到这一点呢？稍微中午饭没有

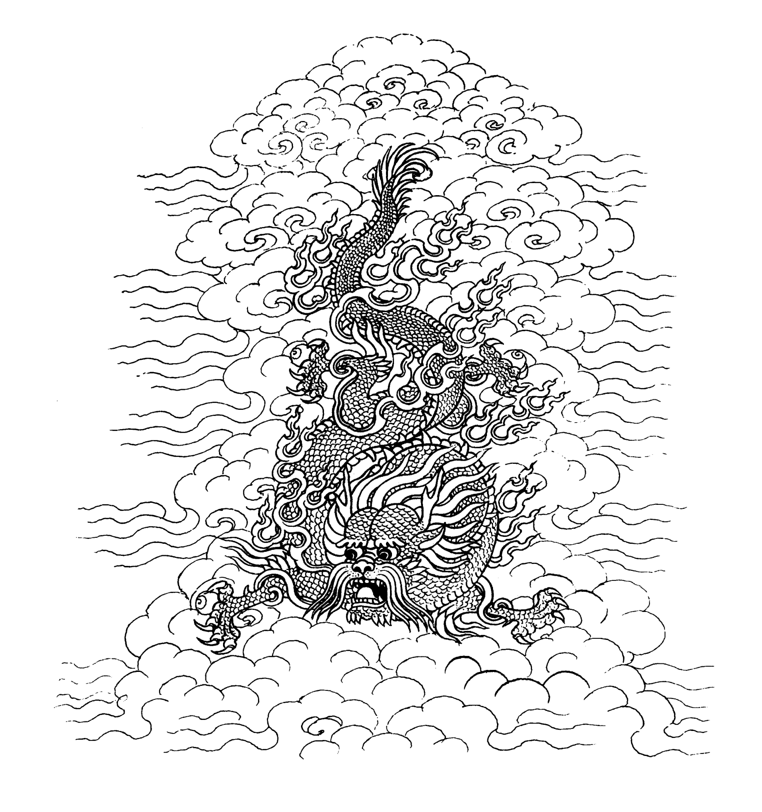
吃，或者一天没有休息，就觉得自己非常精进，很多人在行持善法时都是这样。其实这种力度还不够，在修学时一定要苦行，遇到痛苦没什么了不起的，一定要克服这种困难。

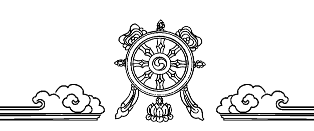
昨前天有个刚出家的道友，来到我面前哭诉她的经历，她说自己住在别人的牛粪棚里，每个月的租金是五十元，一个礼拜只做一次饭，其他时间就吃一点零碎的东西……我觉得她的精神还可以，刚开始时很多人都是这样的，有些是条件不允许，有些确实是放弃一切，但最后能不能坚持不好说。包括我自己在内，开始时也有这样的决心：“无论如何，我一定要在这里好好修行，获得成就，没有一点成就的话，再怎么苦、再怎么冷，我也不会到世间上去。”当时的勇敢和现在比起来，差距真的特别大。有些人的苦行永远都能坚持下去，有些人由于发心不太究竟，可能就半途而废了。但不管怎么样，刚开始想出家、想精进学法的精神，我觉得在短暂的人生中确实难能可贵，有了这样的心，一定要经常培养，不然，我们的心很容易受环境影响而改变，可能在很快时间内就退失道心了。

世人为了世间八法等利益，将身肉一块块割下来都宁愿忍受，还觉得这理所当然、天经地义，那我们在修行的过程中，有没有这样的勇气呢？大家不妨想一想。其实你们对闻思修行的态度，不要认为这是一种老传统，以前的修行人怎么做，我这样做也可以了。不能这么想！对修行人而言，“我一定要获得成就”，有了这种誓言为推动力，我们才有心力面对一切烦恼和痛苦。

大概十年前，有个人对我说：“我一定要成就，否则决不离开你的家！”于是就一两个小时坐在门口，一直都不动。我劝他说：“让你成就也不是那么容易的，你好好地学法吧。”“不！我现在就要成就，没有成就之前，我不愿意离开！(众笑)”这不是说笑话，他有这样的决心是很难得的。现在很多人修行就像完成任务一样，“做一天和尚撞一天钟”，每天按照老传统这样混日子，吃一顿饭就可以了。不应该这样！佛法让我们成就、让我们获得悉地，百分之百决定是有，这没什么可怀疑的，关键是看自己的精进、自己的信心。如果真有这样的决心，加持肯定能得到。刚才说的那个人，

他现在虽然没有特别高的成就，但也成为了非常不错的法师。尽管他刚开始的做法有点让人接受不了，也带有一点愚笨的感觉，但正是因为这样的毅力、这样的决心，才鞭策他在修行当中精进努力，取得了今日的成就！





第四十五节课

现在还是讲“观察对治之功德而不厌倦”，下面的颂词主要讲应当恒时精进修安忍。

对学习大乘菩萨行为的我们而言，首先必须要具足精进，没有精进的话，就像《萨迦格言》和《君规教言论》里面所说，就连小小的事情也不能成办，更何况说是利益众生的大事情了。因此作为修行人，我们应该学习前辈高僧大德们的精神，他们为了获得解脱、为了断除烦恼是怎样精进的，相比之下，我们为此而下过什么样的功夫？应该反反复复地问自己。

通过下一颂可以了知，世间上的芸芸众生为了没有多大意义的生活，尚且奔波忙碌，那我们为了利益无边无际的一切众生，令其获得无上圆满的佛果，就更需要精进和忍耐了。

渔夫与屠户，农牧等凡俗，
唯念己自身，求活维生计，
犹忍寒与热，疲困诸艰辛。
我今为众乐，云何不稍忍？

渔夫、屠夫、农民等仅仅是考虑到维持自己的生活，也能忍受严寒酷暑等千辛万苦，而发了无上菩提心的我们，为了利益一切众生，

为什么不需要苦行呢？

世间上的人们不懂因果规律，为了自己的生活而不顾一切代价，经常日日夜夜地操劳。就拿渔夫来讲，他们早上很早的时候来到鱼市场，将自己所打的鱼卖给鱼贩子，不管是冬天也好夏天也好，天气的寒热根本不能阻挡他们的脚步，在如是的环境中，为了利润而如是的辛苦。原来我在大连和台州那边，经常会看到海边的渔夫，他们为了打鱼不被海浪所吞噬，在出海之前，首先要在所信奉的妈祖面前进行祈祷，作各种各样的仪式，然尽管如此，仍有相当一部分人丧生在大海中无法顺利地回来。他们晚上在茫茫无际的大海上，依靠一盏小小的明灯来捕鱼，确实看起来非常可怜。屠夫们也是如此，早上三四点钟就起来了，将该杀的猪牛等宰杀、除毛、清洗、切割，天刚蒙蒙亮的时候，就把所有的肉都准备好了，并拿到市场上出售，而到了晚上，他们在十二点钟之前是不会睡觉的。可见，这些人的生活非常非常辛苦。

世间上的工人、农民、牧民、商人等，为了维持生计，心里的压力也是非常大的。有些

人虽然表面上看来经济条件不错，生活过得非常富裕，但他们的心理压力远远超过了一些小人物。比如说一个承包工程的大老板，他下面的工人白天辛苦地做工，晚上会睡得比较香。但是这个老板还要回去想很多问题，经常彻夜不眠。如果工程顺利的话，他能赚得到一点钱，但实际上除了身体付出以外，他心里还付出了多少呢？只有他自己最清楚。所以，从每个人的生活来看，佛陀所说的轮回痛苦确是他们的真实写照。

对于过着清净生活的出家人来讲，有些人不一定了解世间的这种痛苦，但大多数人应该说是深有体会。现在的社会上，无数人为了自己的生存，白天不休息，晚上不好好睡觉，他们早出晚归、披星戴月，将星星当作自己的帽子，白霜当作自己的鞋，不管是炎热酷暑还是狂风暴雨，根本不能阻挡他们的工作。

平时在学院中，大家也可以看到很多工人，刚才我过来的时候，都快接近九点钟了，还有一群工人在干活，他们早上七点多就上班了，辛辛苦苦了一整天，最后得到的是什么？就是一点点工钱。这些工钱能不能解决他们的生活

呢？绝对是不能的。大家都知道，好多人打工就是为了供孩子读书，现在的小孩子读书，从小学、中学、高中、大学一直读上去，没有几十万是根本没办法的，这种生活压力非常大，很多家庭都承担不起，因此各种精神压力的综合病也是层出不穷。当然，我们出家人的生活比较简单，一个人吃饱了全家都不饿，一件衣服穿几十年也没有问题，生活上不知道什么叫压力，尤其是从小就出家的人，认为这个世界非常平安，好像没有什么事。但实际上并非如此，世间上的很多在家人，为了家庭、为了孩子、为了父母，整天都在忙忙碌碌，短短的人生几十年，为了这个臭皮囊而忍受各种难以想象的艰辛和痛苦。人们从早到晚耗尽自己的精力，究竟目的是什么呢？就是为了吃得饱、穿得暖，生活过得比较安闲。可得到这些又有什么用呢？人生无常，以往多少人不管是生活条件也好，青春美貌也好，都不可能长久住留，他们即使得到了这些，也没多大的价值和意义。

而我们作为修行人，尤其是发了大乘菩提心的人，跟这些世间人完全不同，我们的人生是为了利益众生，正如《华严经》中所讲“不

为自己求安乐，但愿众生得离苦”，这种极其可贵的精神就是我们的究竟目标。所以为了众生而奋斗，其意义和价值超过了所有世人的目标和希求。既然已经发了菩提心，那在成办自他一切安乐的过程中，一些小小的痛苦，如生活中无吃无穿或者身体不太好，根本不能影响自己的菩提心，也不能阻挡我们行持菩萨的大愿。

有些人为了听受这部法，甘愿忍受一点暂时的困难。昨天有个道友说，她家里有三个孩子，早上六点钟给他们做饭、送学校，在此之前她就起来开始学习这部论典了。白天在外面打工，晚上回来时是十一点左右，十一点以后又开始学习、做作业，好多方面是非常不错的。她自己认为，这样的佛法千百万劫难遭遇，尤其在大城市里能遇到正法，这种人身实在非常难得，因此不管遇到什么样的家庭压力，她也一定要认认真真地学习，并通过各种途径给我汇报。我看了以后，觉得自己虽然在这方面没有特别懈怠，但有时候比较起来，大家都是人，但她的精进和我的精进恐怕是不同的。

我们这里有些道友也非常精进，早上路灯刚亮的时候就在外面背书，晚上很晚了才休息。

但有些人却不是这样，今天稍微下雨了，路比较滑，就不去听辅导了；今天肚子比较痛，稍微有点不舒服，又不去听课了……经常有这个理由、那个理由，这样的话，自己没有勇气，没有毅力，世间中有这么多障碍，我们学习的顺缘又那么少，那你的修行永远也不可能成功的。要知道，世间上那么多人为了自己的生存都如是辛苦，所得到的利益只是为了多赚一点钱养活自己的家庭，那我们为了生生世世永久的利益，只是遇到一点点困难，怎么可以退失信心呢？

记得上师如意宝有一次从色达到马尔康去看病，正好遇上修公路堵车，一堵就是好几个小时。上师看到路边有好多修路工人，当时就想起了寂天菩萨的这个颂词，并深深感受到世人为了自己的生存，尚且不顾千辛万苦，我们作为发了菩提心的人，为什么不需要精进呢？后来从医院回来，法王如意宝就经常宣讲他老人家当时所看到的这种景象。

其实，工人、农民不仅仅做工很痛苦，在生活方面，他们也经常面临各种各样的困难。我在医院里看见有些病人，他们的家庭非常贫

穷，没有能力付医疗费，就被医院扫地出门。还有些人死了以后，医院要求尸体要放在他们的殡仪馆，医院跟火葬场直接有联系。现在的社会问题比较复杂，尤其是偏僻地方的农民，生存的压力简直超过须弥山，实在很难以承受。其实，现在的社会上不管是什么身份的人，都有一定的生活压力，表面上看来公务员好像过得不错，但他们的心理压力也超乎寻常，有些人由于自己的水平、能力、智慧有限，赶不上别人时就产生嫉妒心，能力强的人就产生傲慢心，各种情况不言而喻，大家也是非常清楚。

学习了这部论典以后，大家应该从内心认识到这一点。毕竟这次学习的出家人比较少，大多数都是在家人，你们一定要好好体会这个颂词的意思。当然，我并不是让所有的在家人听完这部法以后，将家庭工作全部放弃，一定要到寂静地方去剃发出家，这对你们来讲不一定现实，也没有必要。有些人听了一两次出家的功德，就什么都不考虑了，马上要去出家，但这种出家的心不稳固，遇到违缘很容易退，假如以后还俗了，那在一辈子中变来变去也不太好。

所以，我并不要求大家搞什么离婚，弄得家庭不和，学佛不一定要反对所有的家人，在家庭中天天吵吵闹闹，我过我的生活，你过你的生活。外面的很多高僧大德也都提倡：作为佛教徒，不仅家庭内部应该和睦相处，与其他宗教也应该团结和合，这就是我们佛教的原则。如果你学了佛以后，性格完全变成另一种人，从此以后对父母不照顾，对家人也不管，对自己的孩子也不做饭，整天就拿一本《金刚经》，躲在一个小小的屋子里，这样的独立主义我们佛教不太赞叹。相反，你应该以佛教的精神来感化别人，这个非常有必要。同时在这个过程中，一定要好好思维：我为了短暂的几十年，都如是的奔波操劳，那在学习佛法方面，自己下过多少功夫，花了多少精力？以前噶当派的大德也说：如果将我们在世间法方面下的功夫用在佛法上，大多数的人早就成就了。正如我刚才所讲，那些渔夫、屠夫早上起得那么早，晚上睡得那么晚，一天基本上没有休息的时间，倘若这样精进地修学佛法，再怎么样也能使自相续中的烦恼有所减少。但是大多数人根本不知道这个道理，因此我们应该对那些不知佛法

的人生起悲心，想尽一切办法让他们从正面了解佛法的殊胜。

听了这些道理以后，大家应该空出一些时间来学习佛法、研究佛法。当然，研究和学习并不光是为了辩论，或者给别人说一些道理，而应从内心深处真正生起一个定解，这样以后，相续中的自私心、虚荣心、自尊心等千姿百态的虚假分别念，才可以消掉、根除。大家应该记住：表面上的一些虚构框架对我们修行人来讲不是特别重要！

癸三、观察自己承诺而不厌倦：

下面是讲必须要精进，如果不精进的话，那你当初为什么发这样的菩提心？

寂天菩萨在前几品说菩提心的功德非常大，想方设法让我们发心，进入大乘的这种圈子。发完心以后就开始严格要求了，他老人家也是非常的聪明。

前段时间有位法师到我家乡去传法，他在第二天中午的时候说："所有的年轻人跟我到那边的草地上，在花丛里快乐一下，我给你们每人买一瓶饮料。"好多年轻人就骑着摩托车跟他去了。在几十公里以外的花丛中，他给他们讲

了很多佛法，让他们唱歌跳舞，还发了一些糖和饮料。下午接近回来的时候，他说："今天我想尽一切办法让你们开心，现在你们也应该报答我的恩德，每个人一定要发愿不杀生。"这些年轻人不承诺也不好意思，所以都一一发愿了。有些人觉得"当时真不应该去"，但也没有办法。此处寂天菩萨也是这样，前段时间一直讲菩提心的功德，让我们发菩提心，发了心以后现在就比较严格了，你们不能懈怠，一定要度众生。为什么要度众生呢？下面就说道：

虽曾立此誓，欲于十方际，
度众出烦恼，然我未离惑。
出言不量力，云何非癫狂？

第一品讲了菩提心的功德，知道了这些功德后，我们在诸佛菩萨、金刚上师等所有圣尊面前，立下了生生世世救度一切众生的殊胜誓言。当然，救度众生并不是用其他方式，而是要断除他们相续中贪嗔痴为主的各种烦恼，如果自己没有摆脱烦恼的话，怎样度无量的众生？我们自不量力地说出这样的大话，难道不是跟疯子没有差别吗？

我们在诸佛菩萨面前说要度无量众生，但

如果在实际行动当中，不要说度众生，就连自己的烦恼也是一点都不能减少，那你故意请诸佛菩萨来在他们面前打妄语，这种做法真是跟精神病没什么差别。所以寂天菩萨要求我们，若想度他首先必须要自度，假如自己的烦恼都不能摆平，根本没办法度众生。

以前上师也讲过："作为凡夫人，全部根除烦恼以后再度众生，那是根本不现实的。但我们现在发了菩提心以后，自己应该跟其他的众生不相同，一定要尽量地对治减少烦恼，增上相续中的一切功德，若能这样，才有度化众生的机会。"所以我们首先要想方设法改变以往的习气，以前没有学佛或刚学佛的时候，性格非常粗暴，烦恼也极为炽盛，现在通过熏习大乘佛法，自相续应该逐渐往调顺的方向迈步，如果一点进步也没有，那要度众生是非常可笑的事情。

佛陀在经中这样说："己未度脱，岂能度众。自如盲人，岂能带路。"意思是说，假如自己都没有解脱，怎么能够救度众生，就好比自己是盲人，那怎么给别人带路？律藏当中也说："自己未能调化，而去度化众生，无有是处。"龙树

菩萨说："如果自己没有得到解脱，而去度化众生，这是一种自相矛盾的行为。要真实地度化众生，先必须精进地调伏自己的烦恼。"通过以上教证说明，我们先应尽量断除自相续中的一切烦恼。

当然，断除烦恼并不是特别容易的，尤其是作为凡夫人，口头上说起来容易，但实际上做起来却相当的困难。就我自己而言，每天都在这里口口声声说"你们要断除烦恼"，好像我的相续特别清净，但说这些话时，我有时候确实非常非常惭愧，可是作为一个讲者，我又不能说"我没有断烦恼，你们要断烦恼"，这样的话，也没办法讲课。但我观察自己，有时候虽然没有根本上断除烦恼，基本上对烦恼有一定的作战能力，至少表面上看来是这样的。依靠诸佛菩萨的加持，依靠上师们的恩德和摄持，自己以前没有趋入佛教之前的心态，跟现在的心态比起来，确实有了一定的改变，对于那些世人非常执著的东西，我们长年累月闻思修行的人好像执著得不是特别强，看得比较淡，这种感觉的确是有。

不管怎么样，无论是在家人、出家人，希

望大家要断除烦恼，如果不能根本上断除，也要尽量地对治、压伏它。作为大乘修学者，这是必不可少的一件事情，依此可令烦恼的危害逐渐缩小，相续中的正知正念得以稳固增上，不再生起怯弱之心。

假如我们发了菩提心以后，一点都不度众生，一点都不断除烦恼，那我们就跟疯狂者没有差别了。世间上的疯狂者，言行没有定准，心里想什么就顺便说出来，但结果根本不会做。可我们不是这样，我们之所以发菩提心，是因为诸佛菩萨再三赞叹菩提心的功德，自己也是通过智慧详详细细地观察分析，之后才在诸佛菩萨面前发了这个愿，承诺“我要度化众生”。既然如此，我们就应该履行诺言，尽心尽力地度众生，哪怕是路上遇到一个众生，能帮助的也要帮助。

但有时候由于众生的业力现前，自己实在没办法帮忙的情况也有。今天我看到一个老板，他在学院承包工程，本来租了一个房子，明后天准备还回去，结果运气不好，前天突然失火了，将整个房子化为灰烬。房子的主人也非常可怜，一家好几口全部依靠这个房子来维持生

活。两家为此而争执不息。本来我作为一个形象出家人，不应该参与这些事情，但他们双方非常可怜，都让我出面进行调解。说实在的，他们两边都非常困难，这个老板不但今年没有赚钱，而且生意上亏了很多，他的妻子不断地在哭，我在那边将近坐了一个多小时，她的眼泪一直没有断过。当时我的心非常酸，压力很沉重，一下午心就像被大山压着一样，好像要有什么事情，结果也没出什么事，就是因为看到了这个场面。他们两家都说：“你只要说一句话，我们都听。”但我这方面不太懂也不方便说，后来我给他们提出建议：“你们两边确实都有一定的困难，但彼此最好能作最大的让步，这就是我的希望。”但不管怎么样让步，有时候众生的业力现前，他们的苦处也没办法解决。

我深深地知道，现在的在家人都想赚钱搞事业，让自己生活得非常幸福，但这样的欲望和打算能不能成功呢？成功率很少，毕竟现在做事情并不是那么容易。有时候看到别人特别痛苦，怎么样想也没办法解决，这种事情也经常遇到。但无论如何，我们哪怕是路上遇到一个特别可怜的人，也应该尽心尽力地帮助他。

反之，如果表面上说“我要度众生，我发了菩提心，我已经受了大乘菩萨戒”，但实际上看见可怜众生时，一点也没有管他，那你的承诺和行为是完全相违、自相矛盾的，你算不算一个大乘菩萨？问一问自己就会明白。

壬三、坚持不懈对治烦恼：

故于灭烦恼，应恒不退怯。

有些人可能想：“既然发菩提心这么困难，那我现在不发了可不可以？前段时间我错了，当时不知道菩萨戒条这么多，要求这么严格，是我自不量力，我可不可以退下去？”不能退！退不是那么容易的，你进来时受个仪轨就可以了，但是要退的话，必须要付一定的违约金，否则没有那么简单。

为什么呢？假如你现在要退，那在生生世世中都得不到善趣的快乐，这也是前面所讲的道理。其次，你没有必要退，前辈的高僧大德都是依靠菩提心而成就的，虽然表面上看来度无量众生确实困难，但这种发心的力量非常强大。释迦牟尼佛在因地时发愿：“地狱没有空的话，我的发心不退失，我要度尽一切浊世众生。”但这些众生还没有度完的时候，佛陀早已经成

就了，这就是由于发心的力量非常强大。无垢光尊者在有些教言中也说：“大乘显宗中虽然说要三大阿僧祇劫积累资粮和行持菩萨道，但对发心力量强大的人而言，一瞬间便能积累无量劫的资粮，故不需要那么漫长的时日。”《地藏经》中也有“地狱不空，誓不成佛”的这种大愿，有了这样强大的发愿力，在短暂的时间中即可圆满资粮。因此为了灭除烦恼，我们应当持之以恒，不能退失菩提心。

其实，你发了菩提心以后，也没有必要那么害怕。从历史上也看得出来，以前的那些高僧大德，虽然发心以后也经历了很多苦行，但这种苦行跟世间上的苦行是完全不同的。世间上的苦行有自相的烦恼、自相的执著，所以在生活中极其痛苦，而这些菩萨们没有自私自利的心，没有实有的执著，所以利益众生是轻而易举的事情。因此，大家根本没有必要退失信心。

当然，在能取所取的执著没有消于法界之前，我们还是需要精进。有了这种精进，就像森林起猛火一样，风稍微吹一点自然就会熊熊燃烧，同样的道理，菩萨行依靠这种发心为助

缘，功德也会自然而然增上。

> 吾应乐修断，怀恨与彼战，
> 似嗔烦恼心，唯能灭烦恼。

烦恼是所断，在能断的对治方面，我们要有一种意乐——欢喜希求之心，对烦恼的本体应该怀恨在心，以嗔恨心来对付它，知道烦恼无始以来不断地害我，力求用各种办法将其斩草除根。

前面也讲了，如果对烦恼没有一种嗔恨心，没有一点报仇之心，修行是不会成功的。有些人可能会问："不是说嗔恨心一刹那也能毁坏百劫或千劫的福德资粮吗？对烦恼生嗔恨心应该是非理作意吧，会不会造无量的罪过？"不会的，为了修行，我们对烦恼作战合情合理。就像是以牙还牙一样，经中也有"以楔出楔"的教言，意思就是以烦恼来对治烦恼，这一点在没有获得佛果之前不用遣除。

本论亦云："为息众生苦，不应除此痴。"为了息灭众生的一切痛苦，我们不应遣除自相续中对治烦恼的愚痴之心。要知道，对治烦恼从最究竟的角度而言属于一种所知障，但为了获得究竟的果位，这种对治烦恼的相似嗔恨心

暂时不能离开，为什么呢？真正的嗔恨心生起以后，会毁坏自相续中的善根，来世堕入恶趣，有不好的果报，而我们对付烦恼的这种嗔心，暂时来讲它不是属于真正的烦恼。奔公甲格西就是最好的例子，他是噶当派那么好的修行人，但每次生起烦恼的时候，就骂自己是"坏比丘"，然后自己打自己、呵斥自己。所以我们在修行的时候，一旦自相续中生起了烦恼，对它有个不好的态度，这一点不会成为你解脱的障碍。有些道友早上没有起来，睡过头了，就怪自己的闹钟，把它扔在垃圾桶里，实际上这种做法也是很好的，说明是在惩罚自己，这样以后应该会有一定的进步。

不要认为这是一种嗔恨心，所有的嗔恨心都应该断除，其实在修行时如果自己不争气、不听话，惩罚自己也是合理的。倘若实在没办法对治，其他的道友督促自己、批评自己也很有必要。现在外面有些学习小组中，道友们经常打电话、发短信来互相督促："你这次不能去，去了的话，下一次给你如何如何惩罚。"表面上这是一种严格要求，天天不让你自由，但这是不是在害你呢？根本不是，反而是将你从烦恼

魔王的口里救出来。如果我们经济上给别人一点钱，语言上彼此说个好话，这样的帮助并不是最究竟的帮助。最究竟的帮助是什么？当你在修行的道路上开始退失、反悔，这时候遇到一些道友把你的心态纠正过来，不要让你退下去，大家共同前往解脱之道，这样才是最好的帮助。有些道友在学习大乘佛法的时候，由于前世的业力现前，或者暂时的魔缘违缘所逼迫，很有可能退失道心。在他退失道心的时候，所谓旁观者清，旁边的人看得清清楚楚，知道这个人不应该退，想尽办法把他引过来，此举的确对这些人的帮助很大。以前我们这里有些人，自己实在学不下去了，好像发疯了一样，心里非常烦恼，不想呆也不想看书，那个时候其他道友通过跟他谈心讲故事，给一点糖或者这样那样的东西来帮助他、开导他，人的心态有时候就像小孩一样很容易转变，逐渐逐渐自己就回到正轨上来了，这种现象也比较多。

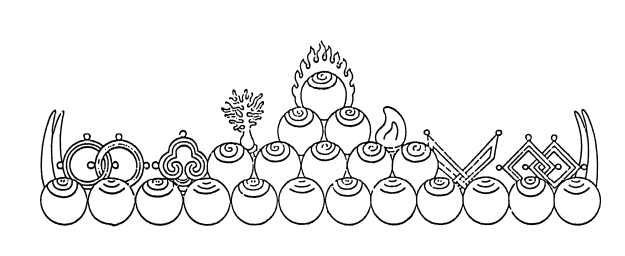
因此，我非常希望外面的人也能够互相帮助，毕竟大家刚步入这种门，有些人根本不知道哪些是正道、哪些是邪道，甚至还有些上师也经常阻挠“你不要学这部论典，好好实修就

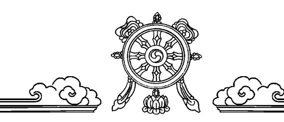
行了”。实修倒是可以，但听说您老人家也没好好实修过，对弟子要怎样引导呢？很多人在闻思修行的过程中，经常遇到各种违缘，有些是以魔障的形象来干扰你，而且自己也知道这是魔障，有些人却是魔王波旬假借善知识的口和行为来劝你不要闻思，说学习这些没有用。我经常这样想，寂天菩萨的这部论典，古往今来无数的修行者依此而获得成就，假如有人劝你不要学，对你的修行是有帮助还是有危害？这一点，稍微懂得佛理的人都会明白的。

外面的修行人经常遇到各种各样的违缘，有些是正面的违缘，有些是反面的违缘，有些是中间的违缘，但不管怎么样，我们是随缘的，你要学我们尽量帮助你，希望所有的道友也是尽量地帮助他们。但如果实在没办法，我们也望尘莫及、爱莫能助，佛陀在世时也有些业力深重的众生当下堕落，更何况说我们凡夫人帮助那些业力现前的众生了。我非常同情有些人退失菩提道，但有些人通过自己的努力，让以前根本不信佛的人逐渐相信佛教，以前信得非常表面的人对佛教真理逐渐深入，尽管这一年不是特别长的时间，但在如此短暂的时日中，

给别人相续种下不可退转的菩提种子，这一点确实有无上的功德。

总而言之，希望大家尽量地帮助别人，不要让他们退失信心。这个过程中，你可以好心地批评他、指责他的过失：“你原来不是说要圆满这部论典吗？现在怎么了，你着魔啦！”虽然说点不太好听的语言，但按照正理来讲，这是相似的烦恼，不是真正的烦恼。因为这不是为了自己的利益（现在很多人口头上说帮助你利益你，但归根结底就是为了宣传自己，这样不太好），完全是想诚心诚意地帮助别人，只要能够帮助他，语言上再怎么难听、行为上再怎么过分也都是可以的。既然大家已经发了这样的大乘菩提心，在多生累劫中是非常不容易的，为了给将来的生生世世打好稳固基础，最好在短暂的人生中不要退失道心，这就是我的希望！





第四十六节课

前面已经讲了烦恼的危害，观察自己的承诺不应该生起厌倦之心，同时要发愿坚持不懈地对治自相续中的所有烦恼。现在学习这一段的时候，颂词中是这样说的：

吾宁被烧杀，或遭断头苦，
然心终不屈，顺就烦恼敌。

我宁愿遭受熊熊烈火焚身的痛苦，让身体在火焰中烧尽无余，或者自己的头颅被别人砍掉，身体被切成一块一块的，但今生中遇到这样的正法非常难得，我一定要与烦恼相斗，不能在它面前倒下去，决不屈从任其摆布。

我们作为修行人，一定要发这种誓愿。平时看一个人的修行好不好，关键就是看他的决心大不大。如果决心非常大，纵然自己以前做过很多坏事，在人生道路上经历过很多坎坷，但现在遇到善知识和正法之后，完全可以重新做人，只要与烦恼魔军奋战到底，必定能获得最后的胜利。

所谓英雄，他有一个坚定不移的信念，有了这样的信念以后，心的力量是相当大的，无

论跟任何人作战都能取得胜利。作为修行人也同样如此，比如两个人一起出家，或一起到印度取经，或一起去藏地学法，或一起在家乡依靠善知识的教言修行，一个人的决心相当大、一个人决心不大，那么决心大的人在修行过程中甘愿承受一切苦行，不屈服于各种违缘障碍，最后定有成就的机会。

希望大家以后尽量将短暂的人生用于修行方面，用佛法来调整自己的相续。也许我们下半生非常顺利、一帆风顺，也许会出现各种不同的困难违缘，但不管怎么样，在烦恼面前一定不能投降屈服，有了这样的想法，修行才能获得利益。

真正的修行人在遇到违缘时，跟我们是完全不同的。藏地以前有一位老出家人，在文革期间被批斗得很凶，红卫兵逼他还俗，他说："老僧我这条命可以给你们，但身上的僧衣决不会脱掉，我宁死也不可能还俗。"后来虽然被棍棒打死，这位老出家人也未屈服，这就是对烦恼、对违缘的一种战胜。这样的战胜，对他的修行和境界有多大利益，这一点自然不言而喻，有了这样的心力，成就境界一定是增上的，

这通过释迦牟尼佛的很多公案也可以说明。释迦牟尼佛在因地的时候，每当遇到敌人的攻击或者一些违缘和烦恼，他宁可舍弃生命、身体、财产等一切的一切，也不愿意自相续被烦恼所染污，这就是佛陀对治烦恼的一种方法。

我们这里有些人以前脾气不太好，经常喜欢生气，动不动就跟别人吵架、打架、竞争，后来学佛以后才知道这一切都是不应该的，于是对自己的行为进行调整。所以作为修行人，我们在心里一定要发愿：舍弃一切都可以，但在烦恼面前千万不能失败！这是大乘修行人始终都要护持的一种心念。

辛三、能断除烦恼而生欢喜：

有些人可能想："烦恼真能断除倒是可以，但不会这么简单吧，即使现在断除了，以后会不会又反反复复地产生呢？如果没完没了的，永远也没有脱离烦恼的机会了。"不会这样的！烦恼跟世间的怨敌不相同，它断完了以后，就一去不复返了。下面说明这个道理：

> 常敌受驱逐，仍可据他乡，
> 力足旋复返，惑贼不如是。

普通的怨敌被驱逐出境后，仍然可以盘踞

他乡养精蓄锐，待到自己实力雄厚、力量恢复之际卷土再来，再向你挑战报复。可是烦恼敌人不会这样，如果用智慧宝剑从根本上断除了它的种子，就像是烧焦的种子再不会产生毒果一样，它不可能再度复返的。

从历史上也可以看出，世间敌人确实如此，今天开始互相争斗，一旦对方的势力减弱，在战场上就会攻其不备。原来有个老乡经常爱说大话，有一次他跟别人打架，大家明明看到他已经败了，事后故意揶揄他："你平常说自己如何了不起，今天怎么被别人压在下面？"他说："我们两个经常这样，有时候我赢，有时候他赢，今天是我故意让他的。"有时候可能是故意相让，但有时候实在没办法战胜的情况也有。早在春秋时期，吴国和越国作战，越国战败，越王勾践变成俘虏，在吴王面前受百般羞辱。为了报仇复国，勾践于十年中睡在薪柴上，每天尝一点苦胆，以提醒自己丧国为奴之辱，念念不忘复仇大业。后来通过西施的引诱，终于战胜了吴王而重建国家。

晋国的太子重耳也是这样。他在外面流浪多年，到过齐国、郑国等很多地方，经常得不

到什么吃的，偶尔得一点稀饭，就在里面掺上水跟手下的很多人分。在外流浪了19年后，他重整旗鼓、恢复力量后回国，重新占有他的国家。不过，他们回来过黄河的时候，重耳准备将旧的衣服鞋子等全部扔进河里，狐偃就说："既然你要把以前的东西都扔掉，那回国后可能也会把我们扔掉的，所以我们不想回去了。"后来重耳有点不好意思，把准备扔掉的东西又捡起来了。

现在经常有一些流亡政府、流亡王子，前段时间泰国的他信总理跑到英国去了，这件事当时在曼谷也闹得特别厉害。所以，世间上的敌人在自己力量雄厚之后，就开始回来对你作战，最后自己也可能没办法保住权力。

然而，烦恼与此截然不同，我们通过智慧的观察，了知烦恼的根本是非理作意，一旦从根本上断除了烦恼，它就不可能有重新产生的机会了。以前我也讲过，有些法师在传法时说："佛法的有些事情不好说，比如到了八地才算是真正的不动地，七地菩萨都有退失的危险，他们都保不住啊……"这些大德们的金刚语可能有一些密意吧，不然的话，学过《十地经》、

《楞伽经》、月称论师的《入中论》、弥勒菩萨的《现观庄严论》和《经庄严论》等大乘经论的人都知道，获得一地以后就不再退转了。《入中论》云："生于如来家族中，永断一切三种结。"意即获得一地菩萨以后，我见、疑见、禁取见三种结[41]就全部断除了。《现观庄严论》也讲过："得忍不会堕恶趣。"获得加行的忍位后，再也不会堕入恶趣了。既然如此，七地菩萨的危险性恐怕是没有的，你看到哪部大乘经论中说，七地菩萨堕入恶趣了，一地菩萨转到地狱里面了？

当然，若是为了度化众生而示现前往恶趣，这种情况是有的。在《地藏经》中，阎罗卒说能到地狱的唯有两种众生，一是业力深重来此受苦的凡夫，另一种就是诸菩萨专门来度化众生的。其实地狱就像监狱一样，监狱里一般也是有两种人，或者是犯人，或者是监狱长和看守员，除此以外，基本上找不到其他人，别人想去也没办法。有些道友很想去监狱看一看，但恐怕是不现实的，这里面不准去。地狱也是这样的，要么是诸佛菩萨专门到那里去度化众

[41] 此三结为烦恼障的种子，生死流转的根本。

生，要么是业力深重的凡夫众生堕在那里受苦。

总之，烦恼的种子从根本上断除以后，有没有再生的机会呢？根本不可能有的。法称论师在《释量论》中说："犹如植物的种子在火里烧焦后不会发芽一样，自相续中的烦恼种子断完以后，就再也不会产生了。"以前也有许多高僧大德通过对治的智慧断除了所知障和烦恼障，从此以后再也不用流转轮回了。所以我们一定要懂得佛教的真理，否则虽然表面上说一些佛理，但实际上可能离题千里，跟佛经的原意有一定的距离。

所以，烦恼跟世间的敌人不相同，世间上的敌人，我今天消灭了他，他的子子孙孙或亲朋好友等强大势力时又会向我进攻。而烦恼断完之后就再也不会出现了，历史上很多高僧大德的事迹都足以证明这一点。

惑为慧眼断，逐已何所住？
云何返害我，然我乏精进。

那么，如何断掉烦恼呢？应当用智慧的慧眼来断。通过慧眼来观察烦恼，它没有去的地方，也没有住的地方，本体、形状、颜色等一切都不存在，怎么会是对我加害呢？关键是我

内心怯懦缺乏精进，如果具足精进，所有人都可以对付烦恼的。

以前上师如意宝也讲过："如果不懂窍诀，对治烦恼非常困难；如果懂了窍诀，对治烦恼易如反掌。"我们也可以看到，无论是佛陀也好，阿难、舍利子等小乘阿罗汉也好，文殊菩萨、观世音菩萨等大乘菩萨也好，印藏汉三地公认的大成就者、瑜伽士也好，他们都是通过智慧的力量，断除了相续中的自相烦恼，最后获得了圣者果位。所以只要用智慧来破析烦恼，任何烦恼都不堪一击，就像纸老虎一样。

有些人生起贪心、嗔心、嫉妒心就吓得要命，认为自己非常坏，十分的沮丧。其实我们若懂得了对付烦恼的窍诀，就不用这么害怕了。犹如屠夫擅长杀生，不管是多大的动物，他都能知其命根所在，一刀刺入马上毙命。降伏烦恼也是如此，要么用显宗的空性见解，要么用密宗烦恼与智慧本体无二无别的窍诀，不管烦恼怎样可怕凶恶，我们也能将这个"纸老虎"消灭无余，取得究竟胜利。尤其是遇到非常厉害的修行人时，由于他的毅力相当强，决心也非常坚固，这样的人来对治烦恼，再强的烦恼

也不在话下。

与烦恼作战需要精进，有了精进的话，任何困难都会迎刃而解。月称论师在《入中论》中说："功德皆随精进行，福慧二种资粮因。"一切功德皆随精进而行，假如有了精进，消灭相续中的烦恼并非难事。俗话说："世上无难事，只怕有心人。"只要我们肯精进努力，任何事情都可以成办的。

我有时候这样想：从高僧大德的传记中可以看出，他们在短暂的一生中写的书那么多，做的事情也那么多，对治烦恼的功夫虽然我们看不见，但其时间和力量也超越了我们的心识想象。这些大德为什么有这么多时间、这么高的境界，而我们凡夫人为什么在轮回中不能如是精进呢？关键就是没有调好自己的心。如果你经常观察自相续、向圣者们学习的话，应该是可以精进的。我以前也讲过多次，古往今来的一切高僧大德，不管是白天的时间、晚上的时间，可以说是争分夺秒，全部都用在修行上，在外面散乱几乎是没有的。可我们现在的世间人，时间大多花在没有意义的吃喝玩乐上，真正用于佛法的少之又少，这就是圣者与凡夫之

间的差别。当然，你们将家庭工作全部放弃，什么事情都不做，恐怕也是不现实的，我唯一希望大家每天能空出一段时间用在修行上，不要把所有的时间和精力都用在没有意义的事情上面，否则临死的时候肯定会后悔的。

倘若具足精进，对治烦恼是很容易的。《入行论大疏》中说：所谓的烦恼，实际上是一种侮辱的称呼，只要用胜义智慧来观察，它当下就会断掉的，所以烦恼极为脆弱，只要我们用智慧一观察，它的本体就一点也找不到了。烦恼虽然具有染污性，但这种染污性通过无我的智慧来剖析，也是根本不存在的。所以作为修行人，大家不要认为"我人老了，智慧不行了，力量也不足，所以只有随世间而转，什么对治烦恼的勇气都没有"，千万不能自己轻辱自己，一定要增强信心，有了信心做什么都可以成功的，如果连信心都没有，修行佛法也不能成就。

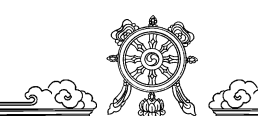
前段时间有人问："我可不可以偷偷地听一听《入行论》，参加菩提学会没有这个勇气。"我说："可以可以，没有事，偷偷听也可以。因为你偷偷地听的话，也能得到一点智慧。"虽然大家聚在一起有互动的力量，通过团体的方式

来学习，这种力量非常大，世间上自学和上学的效果是不相同的，佛教也是一样，通过考试、辩论、思考等方式来学习，效果应该是很好的，我从事佛教的教学工作已经多年了，哪些方式对你们有帮助、哪些没有帮助，这一点是知道的。但如果你实在没有勇气，那通过其他的方式得到法本，然后偷偷地看、偷偷地听，不会成为小偷的，这也是你对佛法有信心的一种标志。不管怎么样，只要能对你的相续有一点利益，以前不懂的现在懂了，以前不做的现在做了，这就是我的初衷。我觉得这个要求不太高，大家仅仅做到这一点也非常好。

下一个颂词是说怎么样观察烦恼。刚才已经讲了，以智慧眼观察的时候烦恼就消失了，那到底要怎么样观呢？下面用胜义谛、世俗谛两种方式来分别观察烦恼。当然，胜义谛中怎样断除烦恼、怎样证悟人无我和法无我的道理，在第九品“智慧品”中讲得比较详细了，到时候大家对此会有更深刻的认识。

（一）、胜义谛观察烦恼的方式：

惑非住外境，非住根身间，
亦非其他处，云何害众生？



通过空性智慧来进行分析，烦恼根本不可能存在，为什么呢？因为它不可能住在外境上，不可能住在根上，也不可能住在境根中间或中间以外的地方，这样的话，烦恼又住在何处损害一切众生呢？根本不可能害众生。这是从胜义角度来分析的。

具体而言，在观察烦恼的时候，比如你正在生起嗔恨心，这时候可以分析，此嗔恨心是不是从对境怨敌身上产生的呢？根本不是。大家都知道，我对敌人生嗔恨心的时候，其他人对他生不生嗔恨心呢？不一定。如果怨敌身上有烦恼的本体，那不管是任何人看到他，都应该生起嗔恨心，但这种情况不可能有。所以，外境的色声香味或者我们生贪嗔痴的对境上面没有烦恼。

那么，眼耳鼻舌身意六根上面有没有烦恼呢？也没有。不管是按照小乘还是大乘的说法，每个众生都具足根，但是具足根也不一定产生烦恼。比如阿罗汉虽然具足根，但是他没有烦恼；菩萨入定时虽然具足根，但也没有烦恼；人死了以后，按照有些宗派的观点讲具足眼根、鼻根等，但这个时候也没有烦恼。所以根上并

不存在烦恼。

根上没有烦恼，外境也没有烦恼，那烦恼会不会在根与外境之间呢？这也不可能。外境的敌人和我的眼根之间只有一个虚空，如果这个虚空是产生烦恼的因素，那任何在虚空中运行的众生都应该产生烦恼了。这也是与实际显现相违的。

除了根、境、中间以外，其他的山河大地或柱子瓶子是不是产生烦恼的因呢？也不可能是。这样一来，通过胜义智慧的观察，自相续中虽然有时候明明产生烦恼，但它确确实实没有实质存在。

有些人可能想："前几天说烦恼无始以来居住在我们心里面，今天又说烦恼里里外外都不存在，这两句话会不会自相矛盾呢？"不会的。因为前面是从世俗的角度而言，能害的烦恼也有，所害的我也有，烦恼作害的对境也有。比如生嗔恨心的时候，有嗔恨心的对境怨敌，也有生嗔恨心的我，还有嗔恨心引发的谩骂别人、用扫帚或石头打别人的行为。（有些胆子小的人不敢打，中间往回跑，也是烦恼反面的一种象征。）所以说，世俗谛当中全部都有。而通过胜义谛的智

慧进行观察时，一切决定是没有的，不仅仅是烦恼存不存在的问题，实际上万法都是这样的。《入中论》云："乃至未觉三皆有，如已觉后三非有。"在没有觉悟之前，作者、对境和所做的事这三者全部都有，而觉悟证得佛果以后，三者都是不存在的。所以现在我们正在做梦，在梦中三者都是存在的，而醒了以后一切的一切均不存在，只不过我们暂时还没有认识到心的本性而已。

有些人可能这样问："胜义中不存在，世俗中存在，这是由什么引起的呢？"是由我执而引起的。我执的本体虽然像云雾一样不存在，但在没有认识到心的本性之前，它在众生面前是无欺显现且一直不灭的。所以五祖说："不识心性，学法无益。"如果没有认识心的本来面目，即使精通三藏十二部也没有多大意义。当然，这并不是说一点功德都没有，而是强调认识心性的重要性。如果没有认识到心的本性，平时就算给别人念经超度，也只是一种形象而已，对此米拉日巴尊者讽刺道："佛教徒和苯波教的有些人，天天在尸体的上方唱歌。"假如没有调心，对众生也没有生悲心，只是在尸体旁边"炯

丹迪得云夏巴札炯巴……(皈依顶礼供养……无量光佛)”，那确实跟尊者所说的没有差别。但心如果真的调柔了，即使只念一句佛号或者稍微作意，对众生也有不可思议的利益。

且不说证悟，就算心静下来的时候，也会有一种不同的收获。昨天好多道友在忏悔的时候心静下来了，当时自己以前所造的罪业、修行上的不精进等一一浮现在眼前，尤其是有些人独自在家里思维：我来这里学了什么法，现在对自相续有什么帮助，我千万不能随烦恼而转……心静下来的时候，自己的很多过失暴露无遗，悲心信心也逐渐显露。平时在很多人当中，你对上师的信心不一定很纯，但如果一个人坐下来稍微思维一下，那个时候信心就出来了。所以我们对心的本性一定要有所认识，这样的话，做什么事情都会有力量的，否则，光是一边走路一边拿着念珠，有时候虽然是有点功德，(前段时间，我也是要求大家拿念珠、拿转经轮，作为一个佛教徒，形象应该与世间俗人不同，应该稍微有一点标志，这个是对的。)但真正有效果的话，恐怕心静下来的时候效果好一点。

有些人听后马上想：“那我明天就开始闭

关，心静下来看看。”这种人也要值得注意，虽然你想让心静下来，但有时候也没办法保得住，又要开始想出来。听说我们有些闭关的人很想出来看一看，人的分别念就像是特别不听话的小孩，让它出来它偏要静下来，让它静的话，它又想要散乱，这就是名言中心有这些过失。但通过胜义谛或者上师所传的密法窍诀来观察，烦恼当下就荡然无存了。当然，这种无存并不是断尽了烦恼种子，而是凡夫地时大概认识了它的皮毛而已，如果再进一步观察，通过修力来断除烦恼的根本，那时候烦恼就一断永断，再也不会复发了。

（二)、世俗谛观察烦恼的方式：

惑幻心莫惧，为智应精进。
何苦于地狱，无义受伤害？

在胜义谛当中，烦恼的本体丝毫无存，就连幻化的形象也找不到（以后还会讲它甚深的意义，尤其是到了《智慧品》时，大家应该会了知的)。但在世俗谛当中，烦恼犹如幻化师所幻化的大象一样现而无有自性，因此我们没有必要害怕它，务必要消除认为烦恼无法断除的恐惧心理，为了生起无我智慧而精进。倘若我们为断除烦

恼而精进修学，怎么会堕入地狱等处无意义地受苦呢？根本不可能。

只不过是我们不精进，要是精进的话，现在应该有办法断除烦恼。就像监狱里罪业不是特别重的人，只要自己肯下工夫，应该有提前释放的机会。我们也是同样，只要能够精进努力，依靠中观的般若空性，谁都可以断除烦恼。跟没学过佛法的人比起来，修行人对治烦恼是很容易的，因为他懂得窍诀，也听过中观空性的一些法门，所以贪嗔等烦恼虽然经常出现，但力量就像春天的微风一样，并不是特别的猛烈。而没有学过佛法、不懂对治的人，一旦相续中生起烦恼，简直跟疯子没有什么差别。有时候也可以看到，从没有接触过慈悲观的人，生起嗔恨心的时候非常可怕，好几个人也劝不住他；没有修过不净观的人，生起贪心的时候也无法对治。然而作为修行人，虽然相续中也有一些烦恼，但"凡所有相，皆是虚妄"，按照《金刚经》里所说，一切都是现而不实的，"一切有为法，如梦幻泡影"，显现上如梦幻泡影一般，真正去观察的时候，烦恼的本体一下子就消失了，如同假立的框架事物一样，根本没有

执著它的必要。所以从世俗的角度来讲，应该这样理解，但从胜义的角度而言，一切都是空性的，不存在任何戏论，所谓的烦恼根本不可能存在。尽管在世俗中它如梦幻、阳焰、水月般显现，但正当显现的时候，若用智慧眼进行剖析观察，它马上就会无影无踪。虽然我自己修行不好，但这个道理大家都明白。当你生起嗔恨心的时候，若里里外外寻找它的本体，这时候也许达到胜义的境界，什么都得不到，只有一个光明空性。也许得到现而不实的世俗幻象，这种幻象无利无害，根本不可能害众生，这就是以世俗谛观察烦恼的方式。

我们有时候觉得修行以后好像没有进步，但有时候觉得还可以，跟其他人的烦恼比较起来，自己还是有对治的希望。纵然不能像传承上师那样，将烦恼真正视为如梦如幻，对自己的相续无利无害，但应该说对烦恼有所认识了，这一点我认为也是很好的。

昨天有个人特别想出家，她觉得世间上的一切没有任何实义。尽管这样的出离心很好，但正如华智仁波切所讲，偶尔的出离心不太可靠，经常祈祷是很重要的。我问她："你家里都

有什么人？”她说：“我家里的人倒是特别全，有父亲、母亲、丈夫等等。”她觉得家里的一切没有意义，这也是烦恼现而无实的一种标志吧。前段时间我们那边也有一个人，（我经常看这些世俗人，有时候对自己还是有一点帮助。我没有什么胜义的境界，只有看世俗人，有些人境界稍微好一点、学习稍微好一点，就天天向他们学习，除此以外自己也是特别惭愧。）他说：“我今天到我们的老家去了，看到某某人结婚，参加他们的婚礼仪式。”我问他：“到底怎么样？”“哎，也没有什么，他们自己倒是觉得非常快乐，但我已经知道今后的痛苦了，所以一点兴趣都没有，只不过按照世间的传统完成这件事情而已。”听了他的话，我心里生起了极大的厌离心。外面这些现而不实的现象，虽然我们不破不立，看见别人快乐也好、痛苦也好、生烦恼也好、解脱也好，都有种如幻如梦的感觉，既没有羡慕之心，也没有遮破之心。就像昨天因明所讲的，虽然显现没办法破，但实际上都是假的，如果我们有了这样的境界，对幻化般的事物就不会有太大的执著，如此一来，相续中的烦恼一定会自然而然削减、灭尽的。

以上宣讲的是“不放逸”。佛陀在《不可思议经》中说：“调伏自心，护持他心，不爱烦恼，喜爱善法，不生起贪嗔竞争之分别念，乃至无有非理作意、不善业，此称为不放逸。”这里面已经总结性地说明了，所谓的不放逸，首先是在日常生活中尽量地调伏自相续，不生烦恼。其次要护持别人的心，上师如意宝在接近圆寂的时候讲过：“不要损害众生，一定要调伏自己的心，不要扰乱别人的心。”这就是我们上师的遗嘱，作为一个修行人，千万不能扰乱别人的心，这是非常关键的事情。最后，自己的心应尽量从烦恼王国里摆脱出来，对治自相续中的一切烦恼，实在不能对治的时候进行忏悔，自己应该觉得非常惭愧。以上讲了观察烦恼的过患，下面是摄义，总结本品的内容。

己三、摄义：

思已当尽力，圆满诸学处，
若不遵医嘱，病患何能愈？

第一品讲了菩提心的功德，第二、第三品讲了受持菩萨戒，第四品宣讲的是守持菩萨戒时不能随便违犯，一定要小心翼翼、谨慎护持，这就是不放逸。这种学处不仅应从字面上了解，

我们更要身体力行，怎么样行呢？对每一个学处经常思维、反复琢磨，即使你没有懂很多很多其他的知识，但若能通达《入菩萨行》的诸般学处，对自己的未来也有不可估量的利益。

我确实非常感谢我们的上师，上师讲了《百业经》以后，我经常对因果特别害怕；讲了因明以后，知道释迦牟尼佛是真正的量士夫，他讲的任何法都是千真万确的；讲了《入菩萨行论》以后，知道了菩提心的功德，作为大乘修行人不可缺少菩提心；讲过《大圆满前行》之后，知道修行人一定要打好基础；讲了《上师心滴》等密法以后，知道通过祈祷上师，心的本来面目一定会有证悟之时。每一部法都有殊胜的窍诀。有些人说："讲得很多也没有用，只要讲一句就可以了。"但是作为凡夫人，尤其是像我这种根基的人，法还是多听一点好，因为每一部法虽然里面的文字很多，但归纳起来都有一个针对性，对自己的相续非常有帮助。所以大家首先应该广闻博学，不要认为"我知道佛教的皈依就行了"，其实没有广闻博学的话，所谓的皈依戒和出离心也不一定懂。当然，广闻博学不能停留在口头上，否则你说得再漂亮，

实际行动中一点都没有行持，那也没有什么意义。佛陀在经中说："愚诵千偈，不解一句。智诵一偈，解百千义。"愚者会诵一千个偈子，但一句意思也不会解说；智者仅诵了一个偈子，但却能举一反三，明白千百种甚深的涵义。

因此我们懂得这些意义后，一定要在实际行动中真正行持，没有行持的话，就像身患重疾的人好不容易找到医生，医生诊断后开出药方，自己也取了一些药，结果却一点也没有服用一样，对自己的病根本没有任何帮助。《三摩地王经》中也以比喻说明了这个问题：一个可怜的病人患重病多年，他千方百计四处求医，终于寻得一妙手回春的良医，良医以悲悯心给了很多对症妙药，但此人却不遵医嘱，没有服药，这个病人也就无法治愈自己的病。同样，我们修行人听闻到佛法后，若不如理如实地修行，那教法对你来讲也是没有任何用的。佛陀在《劝发胜心经》中说："吾已说妙法，汝闻不修行，患者不用药，吾亦无法救。"也就是说，我虽然已经宣讲了佛法，但你没有修行的话，就像是病人不服药一样，我也对你无计可施。

当然，我们所学的这些教言，全部都一个

一个地修持，这也有一定的困难。但你们千万不要像现在有些学术界一样，了解佛法就是为了学一点知识，相续中对三宝根本没有信心，即使有一点信心，对来世不害怕，因果方面也不取舍，这种行为非常非常的可怕。

现在《入菩萨行论》只学了前四品，虽然从整部论典来讲还没有学到一半，但不知道是不是大家爱说赞叹之词，我听说有些人学后确实有一点帮助，以前根本不懂佛法的，现在稍微懂一点，以前不知道菩提心的重要性，现在也是明白一些，这应该就是佛法的作用。因此，希望大家在学习的过程中，不要光是字面上听一下，这样没有多大用处，而应该将所听到的法要经常思维、经常串习，串习什么呢？就是对治烦恼。

我个人来讲，有时候静下心来非常惭愧，二十多年来，所学的知识若全部用于对治烦恼，那肯定是有一点作用的。但如今大多数时间都用在翻译和发心方面了，明天要死的话，今天一点把握都没有，有时候心里有种说不出来的感觉。但有时候又想：不管怎么样，这么多年来自己尽量地发了善心，虽不敢说是菩提心，

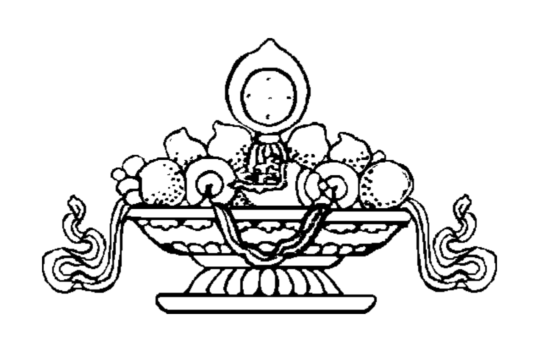
但也是发了一点心，总算没有特别浪费时间。

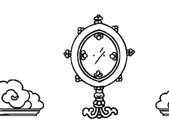
有些道友学佛的时间不长，暂且不论自己的前世是什么，这一世当中，你在世间上串习的恶劣习气非常多，它的力量也极为强大，当时你花了大量精力在那上面，现在佛法方面用了多长时间？学佛的时候，你的心专注到什么样的程度？这样一观察的时候，自己确实修得不是很满意。所以为什么我每天早上让大家在半小时内观自己的心？你光是口头上说菩提心的法相是什么，它的定义是什么，如果修不来的话，这样起不到任何作用。世间上的老师教授口口声声说“理论要与实践相结合”，我们佛教也是如此，如果你没有这样，就像病人看到了很多药，也知道这个药叫什么、那个药叫什么，但一点都不服用的话，病是不会无缘无故好的。同样的道理，佛教虽然非常殊胜，每种智慧都能对治我们的烦恼，但如果你从来都没有修，只是知道这种说法就可以了，那对自己的相续绝对无有帮助。

我们学一点就要用一点，尽量地观自己的心，尽量地对治自己的烦恼，若能如此，到了一定的时候，必定会有所成就的。这就是佛陀

的金刚语，并不是凡夫人的愚词，我们没必要欺骗任何人，如果对大家没有帮助，着力弘扬这样的佛法，我也没有兴趣。在这个过程中，我没有宣传自己、推荐自我的任何成分，这一点可以三宝作证。要知道，佛法确实相当殊胜，对我们每个人来讲，它能解决今生来世的很多问题，包括我们的快乐、我们的幸福，也是通过佛教的加持力和智慧力在自相续中提升的。因此，大家对这一不共殊胜的佛法务必要修持，光是口头上说是没有用的！

〖第四品释终〗





《入行论广解》思考题

（第三品）

第29节课

289、什么叫做随喜？随喜分为哪几种类型？有哪几种说法？

290、别人买福利彩票中奖了，见此情景你应该怎么想？

291、有人认为：“见到别人行善、放生、布施，就算自己什么都不做，一随喜就能得到同等功德。”这种想法对吗？为什么？

292、如果真心真意随喜别人的善举，是否能得到同等的功德？为什么？

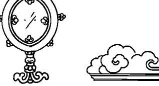
293、随喜什么样的善根所得的功德最大？

294、请转法轮的必要性是什么？在哪些情况下应该祈请大德转法轮？

第30节课

295、我们为什么要回向？诸佛菩萨的一切回向可以包括在什么当中？

296、回向和发愿有什么差别？



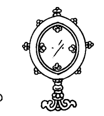
297、将来的善根可以回向吗？什么样的回向才如法？
298、回向时，应念什么样的回向文才有功德？
299、什么是三大灾劫？对此应该如何回向？

第 31 节课

300、我们为什么要舍弃身体、受用、三世所造的一切善根？
301、你认为《释尊广传》里的公案是虚构的神话吗？请谈谈自己的体会。
302、如果你已经受过菩萨戒，当别人无端轻视、毁谤你，你会怎么样？为什么？
303、什么是“沙门四法”？它属于大乘还是小乘？你平时做到了几条？
304、为什么说执著是一切痛苦的来源？请以教证、理证、公案具体分析。
305、《入菩萨行论》中说要布施身体，《四百论》中说要保护身体，这两者矛盾吗？为什么？

第 32 节课

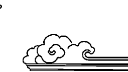
306、别人对我行为不恭敬、语言尖酸刻薄，作为大乘佛子，我应当如何对待？




307、有些人说：“我们家乡没有佛法，非常可怜！”对此你是怎么认为的？
308、请仔细观察你的日常生活，找出诸佛菩萨都有哪些化身？

第 33 节课

309、有些人说：“如意牛、如意宝只是神话里的东西，我们人间不可能有。”对此你是怎么认为的？
310、佛菩萨只是以人的形象度化众生吗？若不是的话，还有什么是佛菩萨？知道这个道理之后，我们应当如何发愿？
311、“如空及四大”一颂与“迨至尽空际”一颂，都是讲发愿变成四大来利益众生，两颂难道不重复吗？为什么？
312、发愿变成如意牛、四大、桥梁等来帮助众生，这是愿菩提心吗？为什么？对此你是如何看待的？
313、受持菩萨戒有哪几种情况？你属于哪一种？
314、在得戒的方式上，龙猛菩萨和无著菩萨的观点具体有什么不同？



315、受戒方式有哪三种？分别是在什么条件下得受？

316、得到大乘菩萨戒之后，今后你有什么打算？

第 34 节课

317、我们发了菩提心以后，依靠什么样的后行令其不断增上、强大？

318、佛子分为哪三种？请分别解释。

319、获得菩提心后，自己通过哪些方面生起欢喜心？

320、受持菩提心有哪两种心态？你做到了吗？

321、“犹如目盲人”一颂中，怎样分析比喻的涵义？

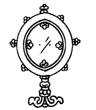
322、菩提心能成办众生的哪些利益？

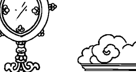
第 35 节课

323、为什么获得菩提心以后就会非常快乐？

324、请引用教证和公案说明：获得菩提心之后，就不会堕入恶趣。

325、我们凡夫人能真正了解菩提心的究竟功德吗？为什么？

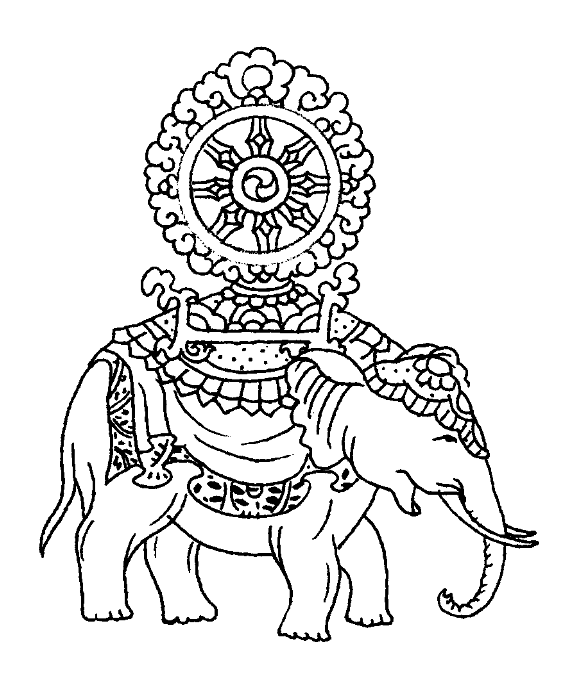




326、有些人说：“我看到一个不识字的老太太只念佛就往生了，所以没有菩提心也可以往生。”这种说法正确吗？为什么？

327、怎样才能减少这个世界的暴戾之气，让非人、精怪等众生不再危害人类？

328、本论前三品的关系是什么？请以比喻说明。



《入行论广解》思考题

（第四品）

第36节课

329、什么叫做不放逸？它的本体和作用分别是什么？你做到了多少？

330、我们平时怎样做才能不放逸？

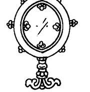
331、《菩萨地论》中将不放逸分为哪五种？请具体解释。

332、有些人受了菩萨戒以后，看到某众生特别恶劣就生起厌离心，发誓今后决不度这个众生，这属于什么样的发心？其后果如何？为什么？

第37节课

333、论中说舍弃菩提心必定会堕入恶趣，那么舍利子尊者因地时舍弃了菩提心，为什么没有堕落，反而获得了阿罗汉果？请引用各大论师的观点具体分析。

334、有人认为："如果杀生、邪淫破了根本戒，这一辈子就完了。但我想舍弃大乘改学小乘，这应该没有什么关系，反正都是佛法嘛！"对此




你是怎么看待的？

335、请引用教证、理证分别说明：舍弃菩提心具有严重的过患。

336、障碍高僧大德的利生事业会有什么果报？为什么？

337、菩萨在布施时，有人若去乞求他施身体，菩萨失去了身体、生命就无法利生了，这些乞者是不是造了严重恶业呢？对此你如何看待？

338、有些人认为："菩萨戒不同于别解脱戒，即使犯了根本戒也可以重受，所以犯了也不要紧，忏悔再受就行了。"这种想法对吗？为什么？

第38节课

339、有些人想："虽然我因放逸等过错会堕落，但没什么大问题，诸佛菩萨和上师会救护我的，上师会加持勾召我，让我转生到净土，所以我现在好好地享受享受，用不着那么苦修。"对此你是如何看待的？

340、有人认为："现在的诸佛不能度化我，但未来的佛陀可能会度我吧，所以继续造罪没关系。"这种想法对吗？为什么？






341、释迦牟尼佛在《趣入慈氏经》中讲过哪四种难得？这些是“偶尔”获得的吗？你是怎样认为的？

342、什么才是真正的聪明？你具有吗？

第 39 节课

343、有些人认为：“我现在身体健康、丰衣足食，生活顺缘圆满具足，所以放逸一点无所谓，以后再精进也不迟，反正自己无病无灾，时间还长着呢！”这种想法对吗？为什么？

344、为什么说我们的身体只是一种借用品？对此你能产生定解吗？

345、如果我们没有利用人身好好修行，成天都是造恶业，来世会有什么样的下场？你真的相信吗？

346、请仔细观察你周围的旁生，它们有机会行持善法吗？平时是怎样造恶业的？如果我们是它们的话，会怎么样？

347、有些人想：“佛经中说获得人身犹如盲龟值轭一样困难，但现在世界上人口这么多，国家还要实行计划生育，怎么可能难得呢？”对此你是怎样认为的？

第 40 节课

348、对上师等严厉对境生起多少刹那的恶心，就要堕入地狱多少大劫，此中所说的“刹那”是指时际刹那还是成事刹那？请说明二者的差别。

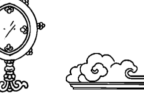
349、有些人认为：“若对上师三宝生起一刹那的恶心，就要堕入地狱一个大劫，那等一个大劫过后，我还可以重获人身，那时再修持也来得及。”这种观点对吗？为什么？

350、名词解释：顺现法受业　顺后受业　顺次生受业

351、众生堕入恶趣后，由于不断因烦恼造业，势必愈陷愈深，永无解脱的希望。这样一来，是否与佛经中所说的“一切众生皆能成佛”相违？为什么？

352、现在许多人认为因果不存在，理由就是：有些坏人造恶业，但他们的生活却越来越好；有些好人造善业，但工作家庭等越来越糟糕。对此你是怎么看待的？

353、自己对自己最大的欺惑是什么？请结合你的亲身经历说明这个问题。



第 41 节课

354、有些人明明知道贪心、嗔心不好，但遇到对境时仍然无法克制，这是什么原因造成的？怎样才能对治？

355、我们修忍辱的时候，什么是该忍的，什么千万不能忍？为什么？平时你做到了吗？

第 42 节课

356、在讲课之前，上师强调了哪两件事情？你做到没有？如果没有的话，你今后打算怎么办？

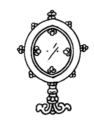
357、有些人认为非典、禽流感非常可怕，有些人认为恐怖分子非常可怕，烦恼对我们的损害是否与之相同？为什么？请从危害程度和危害时间方面具体分析。

358、有些初学者听说大圆满、大手印非常殊胜，就马上依止一位上师，要求给自己传这些无上密法，自己要迅速获得成就。请谈谈你对这种现象的看法。

359、随顺敌人我们最终都可能获得利益，那为什么不能随顺烦恼呢？

第 43 节课






360、有些人坐的是高级轿车，住的是星级宾馆，吃的是人间美味；而有些人幕天席地，以山洞为家，以山泉野果为食，天天修持佛法精要，这两种生活哪种快乐？为什么？

361、地狱中的阎罗狱卒以及各种刑具、动物等都是真实存在的吗？为什么？

362、什么才是真正顶天立地的大丈夫？请说明你的理由。

第 44 节课

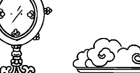
363、在这节课当中，寂天菩萨怎样运用战争的比喻，从哪几个方面说明我们应当不懈怠地对治烦恼？

364、如果在求法修行的过程中，你没有吃的穿的，处处遭人歧视诽谤，做任何事情都不顺利，这时候你会怎样对待？

第 45 节课

365、和世间人相比，作为发了大乘菩提心的人为什么需要忍耐和精进呢？你平时是怎么做的？

366、自己若未断除烦恼，是否能真正帮助别



人？请以教证、理证具体分析。

367、有些人说："当初我不知道守持菩提心这么难，戒条又有这么多，前段时间我错了，我现在不发心了。"对此你是如何看待的？请从两方面分析。

368、经论中云：嗔恨心一刹那能毁坏百千劫的福德资粮。那对烦恼生嗔恨心不也是一样吗？为什么对这种烦恼就可以网开一面，不会使我们堕入地狱？

第46节课

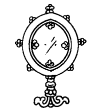
369、有些人说大乘菩萨要证到第八地才是不动地，七地以下都有退转的危险。你认为这种说法正确吗？为什么？

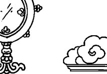
370、为什么说烦恼一断永断，不会卷土重来？请以教证、理证加以分析。

371、怎样以胜义谛、世俗谛分别观察烦恼的本体不存在？

372、前几天说烦恼无始以来住在我们的心里，现在又说烦恼里里外外都不存在，这两句话会不会自相矛盾？请说明理由。

373、诸法胜义中不存在、世俗中存在，这是由





什么引起的？应该如何对治？

374、学习了这品以后，你最深刻的体会是什么？



《入行论》之修行次第

——璀璨日

华智仁波切　著
索达吉堪布　译

善逝法身佛子伴，及诸应敬我悉礼，
趋入佛子律仪法，今当依教略宣说。

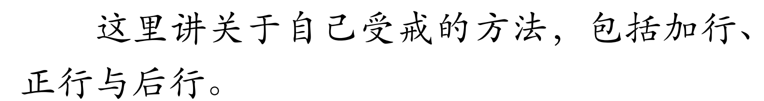
此论分为四个方面：一、入者所依之补特伽罗；二、能入之意乐；三、如何趋入之行为；四、所入之果。

一、入者所依的补特伽罗，是指拥有暇满、具有信心、怀有悲心的人。

二、意乐发心分为愿菩提心与行菩提心两种。

“发心为利他，求正等菩提”说明愿菩提心就是为了利益他众而渴求获得佛果的意乐。

行菩提心：即立誓要学修菩萨的学处。想在自相续中受持如此菩萨戒的人，如果在上师面前得受，就要按照中观、唯识其中之一的仪轨来受。



这里讲关于自己受戒的方法，包括加行、正行与后行。

第一、加行包括三个方面：

其一、想对菩提心的利益功德产生兴趣，要依据《入行论·第一品》。

其二、积累资粮作七支供，首先观想在诸位真实安住的如来菩萨福田面前，我与其余一切有情一起随念佛菩萨的功德来作七支供。

（一）、供养：真实陈设花、薰香、涂香、灯、净水和各种饮料、神馐等应有尽有的供品，心里观想取来珍宝山、悦意林、寂静赏心的地方等十方世界所有的一切无主供品，念诵“为持珍宝心……”来作（真实供品和无主供品）这两种供养；念诵“愿以吾身心，恒献佛佛子，恳请哀纳受，我愿为尊仆”，献上三门甘愿为仆的供养；念诵“馥郁一净室……”作意幻供养；念诵“别此亦奉献……”作发愿力供养；念诵“犹如妙吉祥……”作无上供养；念诵“我以海潮音……”作赞音供养；念诵“化身微尘数，匍伏我顶礼，三世一切佛……”作顶礼供养，随着以上的词句忆念意义而作这八种供养。这些也是在清净刹土的三宝面前，用不染有罪恶、

不被吝啬所缚的清净物品，怀着不求回报、果报的清净意乐心来作供养。

（二）、皈依：心里想：殊胜的皈依对境——大乘的不共三宝前，以为利一切有情的殊胜意乐，在没有获得圆满菩提之间的时间里皈依。随着这种观想念诵三遍“乃至菩提果，皈依诸佛陀，亦依正法宝，菩萨诸圣众”。

（三）、忏罪：念诵“我于十方佛，及具菩提心……”，向忏悔的对境——佛菩萨祈祷垂念，生起四想。所谓的四想，即以往所造的罪业就像毒入腹内一样、所依三宝就像治愈毒病的名医一样、对治正法就像灵丹妙药一样、今后不再就犯的戒心就像恢复身体元气的甘露醍醐一样。“无始轮回起……”是讲厌患对治力；“若惧寻常疾……”是讲现行对治力；“此既非善行，立誓后不为”这两句是讲返回对治力。要以这四种对治力发自内心进行忏罪。

（四）、随喜：诚心诚意欣悦随喜世间出世间的一切善根及善果，颂文中说“欣乐而随喜，一切众有情……”

（五）、请转法轮；（六）、祈请不涅槃；（七）、回向。随着“我于十方佛，合掌诚祈请……”

的文句忆念意义。

其三、此后修炼自心，念诵“如是诸观行，所积一切善……”，把自己的身体、受用及三时积累的善根为成办众生利益而毫不吝惜地作回向，真心真意祈愿暂时究竟成为一切有情至高无上的生存之因。

第二、正行：以祈祷佛菩萨垂念作为前提，依靠念诵三遍“如昔诸善逝，先发菩提心，复此循序住，菩萨诸学处。如是为利生，我发菩提心，复于诸学处，次第勤修学”，同时得受愿行菩萨戒。

第三、后行：“今生吾获福，善得此人身……”是令自己生起欢喜心；“今于怙主前，筵众为上宾，宴飨成佛乐，普愿皆欢喜”，是让他众生起欢喜心。继此之后，也要以“殊胜菩提心……”来发愿。这以上讲述了自相续要始终不渝地坚持意乐菩提心。

三、如何趋入之行为，包括在行持六度当中。六度的本体依次是具有四种特法的施舍心、断除心、不恼心、欢喜心、不散心、辨别法。所谓的四种特法，如云：“摧毁施违品，无念具智慧，圆满诸所愿，成熟众有情。”六度的违品

依次是悭吝、破戒、嗔恨、懈怠、散乱及邪慧。满足有情愿望的道理：依靠布施给予他们财产受用等；依靠持戒使他们内心纯净；依靠安忍承受损害；精进作为必不可少的助伴；依靠静虑使他们对神变神通有渴求心；依靠智慧能宣讲取舍的道理。依靠这些满足心愿以后，直接或间接令他们获得声闻、缘觉、圆满佛果三菩提任意一种果位，这就是能成熟有情。

这些波罗蜜多均包含在修心行为中的道理：

第一、布施度，想到对自己的身体、受用、三世善根割舍不下的过患、慷慨施舍的功德、有必要施舍的原因等等以后发自内心发放布施，这就是修心。

第二、持戒度，包括护戒方便与守戒方式。

其一、护戒方便，有对取舍之处谨小慎微的不放逸、不忘失取舍的正念、观察三门状态的正知三种。

其二、守戒方式，首先依靠正念牢牢不忘取舍，接着再凭借正知来观察自己身语意的状态。此后，一旦萌生了不去奉行应行善法和想要着手去做应断不善业的心态，必须要认清它，

当时依靠不放逸来忆念善法的功德利益进而认真去奉行，想到不善恶行的过患后坚决屏弃。而这些的因也在于对业果诚信不疑。所以，作为无误如来教的追随者一定要生起虔诚的坚信，从此以后要深刻地认识到：造了恶业必然要下堕恶趣，如果已经投生到恶趣当中，那么只有受苦受难，不用说是利他，就连自利也无法办到。对于轮回痛苦的正念一定要在相续中真正生起来。

菩萨学处的数目虽然有许许多多，但最主要的就是防护愿心的违品——舍弃有情、发心得声闻缘觉果位以及断除四黑法。所谓的四黑法是指（《三戒论》中）所说的“欺骗应供令生悔，诽谤圣者谄诳行。即四黑法当断除，相反四白法皆行。”对于同品的果——圆满菩提与它的因——菩提行要诚心信受，对于别人所作的任何善行要由衷随喜，并将他们的善根为利他而回向圆满菩提。总之，对于大乘的这三种修道，绝对要脚踏实地修行。

行菩提心戒的违品，一般来说就是断除害他为主的一切恶行。尤其是对过患最大的夺取僧财、诽谤菩萨、造舍法业等等，要不惜生命

代价加以防护。对于同品包括微乎其微的善根在内也不能满不在乎、藐藐视之，而要以三殊胜摄持来身体力行。

第三、安忍度：安忍的对境——包括对自己轻蔑、口出粗语、暗地恶语中伤以及造成痛苦四种；对自己的上师与亲戚朋友等也做这四种事；相反，对自己的敌人和反方带来快乐、恭敬供养、褒扬赞叹、说动听话。总共有十二种不愿意之事。对于与此相反的十二种渴求之事制造障碍者。总之，安忍的对境有二十四类。这二十四种每一种也包括三个，即对于以种种理由造成的痛苦心不厌烦、承受痛苦；对于作害者不嗔不怒、堪忍加害；心接受空性深义。这样一来，能安忍者的内部要修行安忍的数目就有七十二种。

其一、以三种理由来承受痛苦：（一）依靠痛苦能尽除自己的罪业，认识到痛苦就是罪恶的扫帚以后甘心情愿接受痛苦；（二）依靠痛苦能对轮回生起厌离心、对有情生起悲悯心、生起弃恶从善之心等等，认识到痛苦是行善的鞭策而甘心情愿接受；（三）依靠痛苦能压制我慢、铲除嫉妒、消灭贪欲、引生成就，因此了知痛

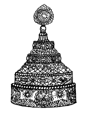
苦是内心的妙力庄严而甘心情愿接受。

其二、由三种理由修行堪忍加害的安忍：（一）心里想：一切有情愚昧无知被烦恼控制，甚至连自身也进行损害，更何况说对别人呢？想到这一点而把作害者看成悲悯的对象，忍耐承受。（二）自己的宿业与暂时的举止不谨慎才招致别人加害于我，一切都归咎于自己，并修安忍。（三）想到依靠敌人能圆满我的安忍资粮并且成为菩提行的助伴，所以他们才是饶益我的亲人，从而做到安忍。

其三、以三种理由决定性地思考深法而修安忍：（一）当思维胜义空性离戏时，想到所害能害无有自性而修安忍；（二）当思维世俗缘起如幻时，想到一切由缘激发，作害者身不由己、痛苦随之而起，从而修安忍。（三）当思维双运自之心性时，想到嗔恨无基离根而清净来修安忍。

第四、精进度，包括断除三种懒惰违品和发起同品六力。

其一、断除三种懒惰：即以无常鞭策来断除无加行之懒惰；想到法喜而断除同恶懒惰；以提高自己的心力来断除懈怠懒惰。



其二、六力：

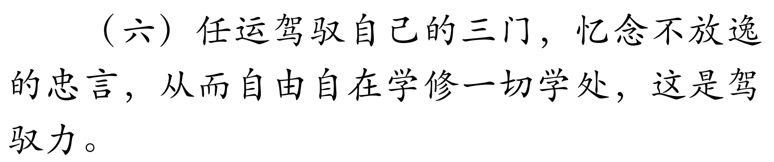
（一）思维善业的功德与罪恶的过患以后对正法产生兴趣，这是加行胜解力；

（二）由具足心力的坚定誓言所从事的善根才会善始善终，这是正行稳固力。此力也分为三种，以世间升起太阳为例，不随其他违缘所转，不被外缘所害；以太阳独自为因作比喻，自己孑然一身而不靠他人打败魔军，进而修行圆满菩提；就像太阳普照一样，依靠菩萨的智慧、悲心、宏愿而加持自己成为众生的生存因，心甘情愿利益无边无际的一切有情。这三种是业慢。将自己看得最为殊胜，能够做到不染大大小小的堕罪，这是力慢。将一切烦恼视为低劣，轻视违品，这是烦恼慢。

（三）对于自己所为的善行善根，无比欢喜认为最殊胜而不图报应、欣然接受，这是欢喜力。

（四）如果自己失去力量，过于悲伤，就会暂时停止所为的事，遣除这种障碍，就是舍弃力。

（五）积极投入以正念正知摧毁烦恼的事中来，摧毁所断，这是承受力。



（六）任运驾驭自己的三门，忆念不放逸的忠言，从而自由自在学修一切学处，这是驾驭力。

共有以上六力。

第五、静虑度，包括断除静虑的违品、正行修禅两个方面。

其一、断除静虑的违品也分为舍离俗世与舍离妄念两个方面。

（一）舍离俗世：如果对自己的父母双亲、亲戚朋友、眷属仆人等内有情贪恋，进而随着他们转，那么自心就不可能一心一意入定。因此一定要远离与他们牵连的一切繁杂事，独自一人居于寂静的地方。在寂静的地方，如果贪执名闻利养、恭敬赞叹、暂时所需的资具等等，进而谋求这些，那么就会对修道造成障碍，所以要杜绝患得患失，做到随遇而安。

（二）舍离妄念：虽然身体住在寂静处，并且也不寻求过多的生活用品等，但是如果心一直被欲望左右，那么相续中无法生起真正的禅定境界，而且也不能做到专心入定。为此，也必须断除这些欲望。特别是，如果要得到上层殊胜禅定，断除欲界贪心这一点相当关键。

因此，必须通过思维因难成、本体不净、果危害众多等等来遣除对女人的贪爱之心。(作为女修行者，对于男人也要同样从因、本体、果三个方面来思维，从而断除对其贪恋。）此外，成办今生世间八法的所有纷飞杂念要看作仇敌一样，不管是生起多少恶心恶念，长久思维这些的过患，就要自我谴责，发自内心予以断除。

其二、正行修禅：禅修的方式虽然多种多样，但在这里就是修菩提心，修菩提心包括修自他平等与修自他交换两个方面。

（一）修自他平等菩提心：我与一切有情希望快乐、不愿受苦这一点一模一样，一门心思自我保护不顾别人实在不合情理，因此必须要修自他平等。按照“首当勤观修，自他本平等，避苦求乐同，护他如护己”，首先修自他平等的菩提心。修行的方式必须这样来观修：无边无际的一切有情没有一个不曾做过我的父母亲人，依靠龙树菩萨所说“地土抟成枣核丸，其量不及为母数”等教证及理证来断定一切众生都是自己的亲属。从此之后，当我拥有快乐时，但愿一切众生都能拥有我这样的快乐和快乐之因。诚心诚意来修。再者，当我萌生痛苦

时，但愿一切有情远离所有这样的痛苦与苦因。发自肺腑来修。

当时观想可能会产生这样的障碍：要遣除我的痛苦而不希望遣除别人的痛苦，遣除他人的痛苦我做不到。当萌生这种声闻小乘的心态时，要按照《入行论》中所说“后苦不害今，何故汝防护”(来遮破)。意思是说：自己为了明天以后健康无病、吃饭穿衣等等的辛勤为什么要付出呢，因为我刹那灭亡以后就变成了他体的缘故。如果由无明习气所牵认为明天以后的人也是我，那是错误的，诚如《入行论》中说：“若谓当受苦，此诚邪思维，亡者他体故，生者亦复然。”比如，愚人们认为，这条河流去年冲走了我的衣服，明天我要渡过这条河。实际上，去年冲走衣服的水也是其他的水，明天要渡过的河也是其他的河。同样的道理，过去的心不是我，未来的心也不是我而是他体。

如果有人说：“未来的心尽管不是现在的我，然而却是我的心相续，要以这颗心来成办自利。”

那么就要以“其他众生尽管不是我，却是我的众生”这样的心态来行持他利。

假设有人认为：按照俗话所说“个人头上的雪要自己抖掉”，自己只有竭尽全力搞自己的利益，相互之间一者来成办另一者的利益实在无能为力。

这一点要以《入行论》中所说的“足苦非手苦，何故手护足”（来遮破）。意思是说，脚上扎入刺为何也要用手来取出，同样，眼里入尘土用手除去、子孙的事由父母办、进餐要用手等等这些也都必须由自己来做自己的事，这种论调未免太过分。总而言之，如果彼此之间，一者不能做另一者的事，自己必须成办自己的利益，那实在很难以实现。因此，已经认识到这一道理，就该在实际行动中利益众生。

（二）修自他交换菩提心：也就是要按照《入行论》中所说“若不以自乐，真实换他苦，非仅不成佛，生死亦无乐”，把自己的快乐施舍给众生，将众生的痛苦自己来承受。自他交换菩提心的所缘也就是“易位卑等高，移自换为他，以无疑虑心，修妒竞胜慢”的意义。意思是说，把仇人放在不如自己的位置上，把自己放在高于敌人或他人的位置上，就让那低三下四的仇人来对高高在上的自己心怀嫉妒，如此

观修完毕时心想：即便观想自己高、别人低，对方对自己嫉妒尚且也会产生这样的痛苦，那么对别人嫉妒岂有此理？如此一来，嫉妒心自会消灭。同样，观待与自己平起平坐的人来修竞争心，把自己放在与我平起平坐的仇人位置上，把那个仇人放在自己的位置上，观想那个仇人从方方面面对自己竞争。如此修行完毕时心想：把自己观成仇人以后，观修别人加害、起竞争心尚且也会产生这样的痛苦，那么陷害别人、与别人竞争岂有此理？如此观想以后竞争心自会消除。再者，修我慢也是把我放在较自己低的位置上，将比我低的那个人放在自己的位置，让那个高高在上的对方以种姓功德等方面在低下的自己面前摆出一副傲慢相。当观修完毕时，心想：观想别人在我面前傲慢尚且也会产生这样的痛苦，那么自己在别人面前趾高气扬岂有此理？由此自然会去除傲慢心。关于以上的详细内容，要依照《入行论》中所说来实地修行。如果这样来修实在做不到，而想简略观修，那么就观修《宝鬘论》中所说“愿罪成熟我，我乐予众生。纵有一含识，未得解脱间，我虽得佛果，誓愿住三有。如是所说福，

设若具形色，尽恒河沙数，世界不能容。彼是世尊说，理由此亦明，有情界无量，利彼亦复然”和《入行论》中所说“众生诸苦痛，愿悉报吾身！愿因菩萨德，众生享安乐”，并且口里也念诵。

以上自他交换的修法，我是依据文殊萨迦班智达的言教撰写的，尽管所有注释中与此修法稍有不同，但根据自己的心态随意而修吧。

第六、智慧度，包括认清智慧的本体与悟入对境无我两个方面。

其一、认清智慧的本体：入定时认知万法为空性，后得时了知万法如幻如梦无实有，这就是智慧的本体。

第二、悟入对境无我分为修人无我与修法无我。

（一）修人无我：观察一切愚痴造业者和受报者神我、补特伽罗或士夫或有情等设施处与身语意是一体还是他体？是无情的一法还是心识的一法？是常有的一法还是无常的一法？诸如此类，通过众多理证加以观察分析，就会断定：众生由于迷惑心的牵引，原本无我而执为我，原本无他而执为他，除此之外真实本面



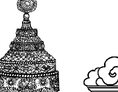
成立的我或有情一丝一毫也不存在。

（二）修法无我：就是修四种念住。

一是身念住：这般现有轮涅所涵盖的万法，也只是呈现在自己的心中，以心假立的，除此之外丝毫也不存在，当然心本身也依赖于身体，成为身体的主宰，因此要对身体进行观察，审察一下所谓的身体与这些分支组合到底是一体还是他体？或者身体一开始从何而来，中间现住何处，最终去往何处等等？在身体无有自性的意义中入定，如果再度对身体产生耽著，就通过观修自他的身体为不净、如幻等来断除对身体的迷恋。

二是受念住：这些苦受乐受是爱、取等一切烦恼的根本，因此观察它与心是一体还是他体等等，修行受无自性的意义，并且观修其余所有受都是痛苦而无实质等。

三是心念住：六识聚所包括的心识种类相续显现前后、好坏等多种多样，观察这些是一体还是他体？观察显现欢喜不欢喜、诚信不信、法非法、苦乐贪嗔等等这些心态是一体还是他体等。如果是一体，那么再观察一颗心中为什么会显现出喜忧贪嗔等多种心态呢？如果认为



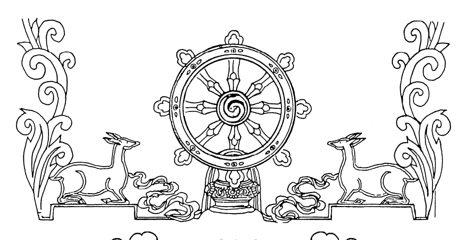
这些时候是由外缘导致的，那么再考虑小小的外缘也不曾转变及没有遇到任何对境的心本体到底是怎样的？本体是存在的一法还是不存在的一法？是常有的一法还是无常的一法？诸如此类三番五次加以观察，最后将心抉择为无基离根。

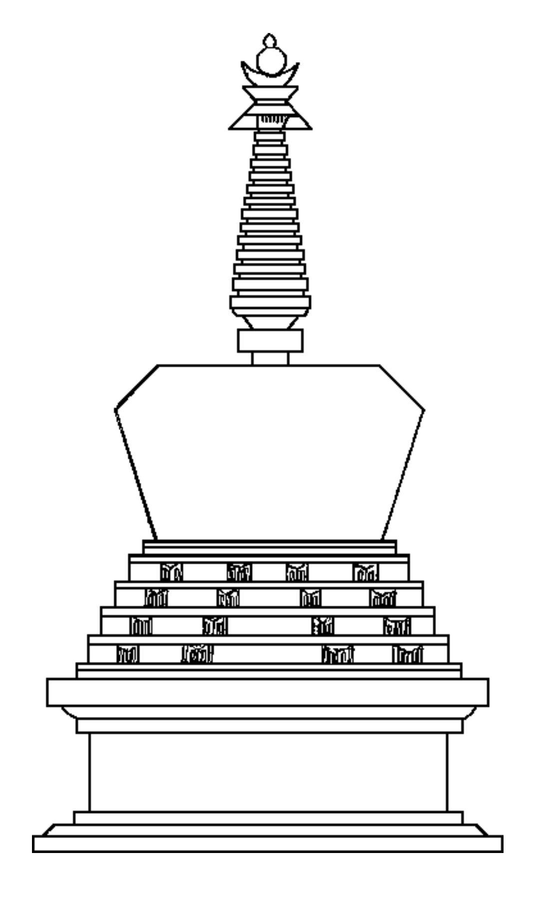
四是法念住：上面身受心以外的想、行、无为法所包含的一切法，也是由因缘缘起而生的，因而抉择为无有真实自性、远离一切戏论之边的空性，进而以世俗如梦如幻的境界学修断除七贪的如海行为。认识到胜义中万法自性丝毫也不成立，对何法也不耽著而实修。

愿除苦良药，一切安乐源，
教法伴利敬，长久住世间！

此修法乃阿哦沙波（即华智仁波切）言。善哉！吉祥！

2006年9月23日译毕





吉祥门塔